Redactor: Ioan Nistor
Traducător: Tatiana Berceanu
Tehnoredactare: MULTISTAR S.A.
Consilier literar: Prof. Tudor Opriș

© 1996 Asociația Culturală Sajaha Yoga, România,
pentru versiunea în limba română

Toate drepturile sunt rezervate. Nici o parte a acestei ediții nu poate fi reprodusă sau transmisă. indiferent de formă sau mijloc, fără permisiunea editorului.

Centre de Sahaja Yoga există în patruzeci de orașe din România. Informații în revista Yoga Spontană difuzată la centrele de difuzare a presei.

JOSÉ ANTONIO SALGADO

SAHAJA YOGA

Lui Shri Mataji Nirmala Devi

(O abordare jungiană)

Trezirea spontană a energiilor interne

Introducere

Sahaja Yoga[1] este un procedeu practic şi o filosofie pentru "dezvoltarea spirituală" sau, dacă doriţi, "creşterea interioară".

Atât expresia "dezvoltare spirituală" cât şi "creştere interioară" se referă la acelaşi tip de proces, dar prima o face pornind de la o terminologie care pare mistică sau religioasă, în timp ce a doua se asociază mai mult cu psihologicul şi de aici cu "ştiinţificul" şi deci "actualul".

Nu cu mult timp în urmă şi în cadrul gândirii psihologice contemporane au răsărit curente grupate sub conceptul de "psihologie transpersonală", pentru care este foarte clar că obiectivul ultim al psihologiei umaniste (nu tipul de psihologie care se ocupă de "terapiile de sprijin" pentru a depăşi problemele concrete) şi al religiei şi misticii este acelaşi şi ar putea fi explicat ca: "Dotarea individului cu un ghid pentru a putea atinge cu uşurinţă acest nivel unde se găseşte sensul existenţei sale, adică pentru a putea evolua într-o direcţie a creşterii până la a atinge (sau cel puţin a se apropia de) culmea dezvoltării sale ca fiinţă înzestrată cu conştiinţă".

Religia urmează un procedeu pe care l-am putea numi "emoţional" în timp ce psihologia pretinde că se sprijină pe raţiune şi demonstraţie. Această apropiere de obiective care se schiţează acum în occident există în schimb în orient de mii de ani. În India, în particular, această atitudine care combină dorinţa puternică de a atinge unitatea cu Supremul, Absolutul şi Divinul (ce se regăseşte în occident doar la mistici sau la credincioşi), dar e asociată cu un sistem de procedee cu o sistematică justificare de metode care aminteşte de psihologia occidentului, este denumită ***Yoga.*** Acolo nu a avut loc niciodată această separare între religios şi raţional. Pentru vestici, în schimb, această ruptură se produce nu numai la începutul dezvoltării lor culturale (Aristotel a fost fără îndoială unul din primii generatori ai acestei sciziuni), ci şi pe măsură ce capacităţile raţionale ale minţii se dedică intens şi exclusiv manevrării şi stăpânirii obiectelor materiale, sfârşind prin a genera o asociaţie semnificativă între "raţionalism" şi "materialism". Astfel, celălalt

(1) Cuvântul ***Sahaja*** provine din sanscrită şi la origine s-a scris în caractere ale alfabetului "devanagari". În caractere latine se scrie conform foneticii engleze. Tot astfel vor fi scrise şi celelalte cuvinte provenite din sanscrită.

aspect al problemei, cel "spiritual" nu este doar evidențiat ca o "realitate aparte" ci, prin incompatibilitatea sa cu rațiunea și "bunul simț" (acaparate de realitatea materială), se bucură și de o minimă credibilitate.

Sahaja Yoga este în mod evident o "yoga", adică o expresie a acestei sinteze între partea practică și cea conceptuală pe de o parte și partea mistică și spirituală pe de altă parte, vizând să apropie conștiința de Realitatea pură. Ea provine din India. Întemeietoarea ei este ***Shri Mataji Nirmala Devi, una din cele mai de seamă personalități spirituale ale timpurilor noastre,*** care s-a născut la Chindwara (aproximativ centrul geografic al subcontinentului indian) la 21 martie 1923, a făcut studii de medicină, a participat la lupta pentru independența Indiei și s-a căsătorit mai târziu cu un respectat diplomat indian.

După propriile afirmații, ea a fost întotdeauna conștientă de natura planului subtil unde se desfășoară problematica umană (mintea, emoțiile, precum și spiritualitatea), ca și de ajutorul pe care l-ar putea aduce, dar numai spre anii '70 a început să explice și să răspândească Yoga sa.

Sahaja Yoga are unele aspecte legate de studierea și utilizarea energiilor subtile care se prezintă structurate într-o formă foarte accesibilă mentalității occidentale. Dar sunt altele, situate în planul religios și mistic care, unui vestic oarecare, îi sună arhaice și neverosimile dacă nu naive ori superstițioase. Concepte ca "devoțiune" sau "venerare", "abandon" sau "dedicare" sunt foarte departe de atitudinea mentală cotidiană.

Pe de altă parte, referințele utilizate corespund unui ambient cultural foarte diferit (indian), pe care, mulți dintre vestici, am fost educați să-l considerăm "primitiv" comparativ cu aparenta superioritate practică a așa numitei "paradigme științifice".

Totuși, aprofundarea și practica în învățătura lui ***Shri Maraji*** și , în măsura în care atât de înrădăcinatele și greoaiele prejudecăți o permit, demonstrează o logică ce, deși nu corespunde totdeauna celei denumite "aristotelice", are o coerență și un "bun simț" impecabile.

De aceea, scopul acestor pagini a fost acela de a prezenta bazele sau fundamentul teoretic al ***Sahaja Yoga***[1] din perspectiva din care ar face-o un observator sau un cercetător mistic.

Un precursor ilustru al acestei tentative, cu referință la alte aspecte ale culturii orientale sau pur și simplu religioase (incluzând religia, cultura iudeo-creștină) a fost ***Carl G.Jung***. Lui și unora dintre discipolii săi le datorăm descrierea pe care v-o propunem aici. Trebuie să anticipăm că nu e

(1) Practica nu poate fi expusă într-o carte și de aceea le recomandăm celor interesați să ia legătura cu un centru de Sahaja Yoga unde vor putea învăța tehnicile.

vorba de o descriere simplă, căci nu ne aflăm în fața unei încercări de popularizare ci, așa cum am spus, e vorba de a considera conceptele de bază ale ***Sahaja Yoga*** din punct de vedere teoretic.

De aceea îl rugăm pe cititor să adopte o atitudine lipsită de grabă și reflexivă, dar și "deschisă" și dornică de a înțelege.

1. Aspectul spiritual și cel psihic

Când e vorba de teme spirituale și religioase este practic inevitabil să nu cazi într-un anume fel de dogmatism doctrinar sau subiectivism mai mult sau mai puțin tendențios. Aceste cuvinte nu trebuie luate într-un sens peiorativ, e vorba pur și simplu de faptul că sensul cuvintelor și logica însăși a limbajului provin din experiența umană în planul senzorial care este, prin definiție, diferită de aceea a planului spiritual, pe care trebuie s-o descriem și s-o comentăm. De aceea afirmațiile pe care le facem când ne referim la concepte din planul senzorial pot fi, în majoritatea cazurilor, supuse probei, dar în măsura în care avansăm spre tărâmuri mai subtile ale înțelegerii (etica sau morala, de exemplu) posibilitatea de a supune vreunui fel de probă veridicitatea afirmațiilor sau judecăților care se fac este din ce în ce mai dificilă. Această dificultate devine maximă atunci când tema este "domeniul spiritual" care este ceva ce "răsare" într-o anumită direcție și care nici măcar nu desemnează un domeniu concret. Carl G. Jung comentează în acest sens:

"Omul este incapabil să definească o ființă "divină". Atunci când cu toate limitările noastre intelectuale numim "divin" ceva, noi i-am dat pur și simplu un nume care se poate baza pe o credință, dar niciodată pe o probă reală"[1].

Inclusiv psihologii numiți "transpersonali", cum sunt Maslow, Grof sau Wilber printre mulți alții, la care conceptele "religioase" au fost traduse într-un limbaj mai în concordanță cu raționalismul contemporan (se vorbește de "expansiune a conștiinței","metaprogramare", etc.) nu pot evita introducerea unei însemnate încărcături doctrinare atunci când se încearcă descrierea acestor stări înalte ale conștiinței transpersonale sau stabilirea de conexiuni explicite și cauzale între aceste stări și cele "obișnuite" în care se regăsesc majoritatea muritorilor.

Poate de aceea poziția lui Jung în fața acestei probleme de a trata aspectul religios sau spiritual continuă să fie cea mai obiectivă și pentru că este poate cea mai smerită. Baza abordării sale e întâlnită în teoria lui asupra ***realității psihice***.

(1) "El hombre y sus simbolos" ("Omul și simbolurile lui"), Carl G.Jung, Biblioteca Universal, Ed.Caralt, 1977.

"Psihe-ul există, într-adevăr: este existența însăși. Este o prejudecată aproape ridicolă să presupui că existența nu poate fi decât corporală. De fapt, unica formă de existență de care avem cunoștință imediată, este sufletească" [1].

"Chiar când simțurile noastre reacționează la fenomene reale vizuale și sonore, acestea sunt transferate din "tărâmul realității" în cel al minții. Acolo se transformă în fapte psihice a căror natură ultimă nu se poate cunoaște (căci psihe-ul nu-și poate cunoaște propria substanță psihică). Ca atare, fiecare experiență conține un număr nelimitat de factori necunoscuți ca să nu mai amintim faptul că fiecare obiect concret este necunoscut sub anumite aspecte, căci nu putem cunoaște natura ultimă a "propriei materii"[2].

În comentariul anterior a trebuit să punem între ghilimele, dintr-o perspectivă strict jungiană, expresia "tărâmul realității" de vreme ce pare să se refere la un "în afară", din care, după Jung, putem să știm ceva doar în măsura în care psihe-ul se face ecoul stimulilor lui.

Psihe-ul apare astfel ca ***totalitatea obiectivă*** unică ce poate fi cunoscută în mod direct. Inclusiv propriul nostru corp fizic este doar un element stimulator în plus din amplul câmp psihic. Suntem conștienți de corpul nostru când acesta apare în câmpul psihic și constiința îl poate "contempla" (poate fi "martor" al lui). Nu e vorba de a nega existența unei lumi fizice, materiale, care ar fi acolo "afară", după cum nu se neagă existența unei lumi spirituale care ar fi "acolo sus". Cum spune Jung: "Nu revine psihologiei problema dacă o anume idee este adevărată sau falsă în sensul său epistemologic, adică, în sensul adecvării sale la un obiectiv sau realitatea exterioară ei însăși. Se ocupă doar de faptul existenței sale și ca atare există, este psihologic adevărată".

Astfel, ideea de Dumnezeu sau de *Divin* este un adevăr psihologic, ca idee. Orice Dumnezeu ne-am imagina va fi conținut în componentele energiei noastre psihice și va avea calitatea acestor componente. Ipotetica *realitate ultimă* (*divinitatea autentică*) se va întâlni dincolo de acest plan psihic și nu vom mai putea spune nimic despre ea. Cum s-ar exprima un filozof oriental "nu va fi nici existență nici non-existență". Va fi vidul (Sunyata) sau necreatul (Aviakta), deși acești termeni sunt echivoci pentru că se reflectă dinspre opușii lor *deplinul* și *creatul*. Sunt termeni, ca și toți cei pe care-i putem folosi, din planul psihic.

(1) "Psicologia y religion" ("Psihologie și religie"), Carl G.Jung, Ed.Paidos, 1981.

(2) "El hombre y sus simbolos" (" Omul și simbolurile lui"), Carl G. Jung, BibliotecaUniversal, Ed.Caralt,1977.

*Această totalitate psihică sau psihoenergetică nu conține absoluturi, ci doar **dualisme** sau stări relative.*

Oricum, așa cum știm, cea mai mare parte a acestei totalități psihoenergetice este *inconștientă*. Inconștientă înseamnă că nu este reținută de către atenție, în fața martorului care este conștiința. Conștiința cuprinde doar o parte, și ea redusă, a acestei vastități psihice.

Pentru Jung există un *inconștient personal* și un *inconștient colectiv*. Inconștientul personal este format în principal din toate impresiile și energiile pe care ego-ul personal[1] nu a dorit să le mențină în lumina conștiinței, pentru că le-a considerat dureroase sau inacceptabile și au fost alungate într-o zonă obscură (inconștientă) și etichetate ca "rele" (negative). Acum constituie un focar energetic cu influență invizibilă și perceput doar în "simptomele" pe care le produce (Jung numește această zonă "umbra"). *Inconștientul colectiv* este partea inconștientă a psihe-ului pe care fiecare individ îl împarte cu întreaga umanitate. Conține "arhetipuri" universale care, uneori, se revelează fiecărui individ prin simboluri sau semnale în somn, sau intuiții ori inspirații. Aceste "arhetipuri" dobândesc, mai ales în somn, un caracter "numenal" (în terminologia lui Jung), adică "divin", ca expresie a forțelor sau entităților supraumane. În orice caz toate aceste forțe existente în psihe influențează ceea ce în fața conștiinței noastre apar ca idei, dorințe, aversiuni, intuiții, emoții etc.

Cum am menționat deja, tot ceea ce apare în fața conștiinței ("spectatorul" sau "martorul" sau cum dorim să-i spunem acestei "stări-funcție" de "a-și da seama"), are un caracter *dual* (sau relativ); dragostea se percepe prin referință la opusul său care e ura, frigul prin referință la căldură, sublimul prin referință la mediocru, etc. Acest lucru își trage originea, fără nici o îndoială, din însăși natura psihicului care este locul unde se creează toate concepțiile, senzațiile etc. pe care le percepem. Adică *în "materialele de construcție" ale psihicului însuși trebuie să existe acest principiu al dualității sau relativității.*

Doctrina Vedanta enunță o teorie care explică foarte bine cauza acestei situații. Ceea ce am numit aici psihic sau "totalitatea psihoenergetică" și care este câmpul total al posibilității noastre de cunoaștere (cel puțin al "cunoașterii obișnuite") este compus din trei tipuri de energie. În realitate pentru Vedanta (și de asemenea în doctrina Sahaja Yoga) ***tot*** ceea ce se manifestă este alcătuit din trei energii.

Aceste trei energii de care vorbește Vedanta se numesc în sanscrită *tamas*,

(1) În cele ce vor urma, ne vom ocupa în detaliu de conceptul de "ego"; deocamdată îl folosim într-un sens "trivial" de "ceea ce credem că suntem", "ceea ce interpretăm ca "noi".

rajas și *sattwa*. În realitate jocul dualității se produce între primele două : "tamas " și "rajas", iar a treia (sattwa) apare ca o stare potențială în echilibrul perfect al celorlalte două. Și în taoism se stabilește un concept de acest tip. Cele două energii *în opoziție* se numesc *yin* și *yang*, iar "tao" (realitatea ultimă) se atinge prin echilibrul perfect al acestor forțe, adică în prezența "energiei de echilibru" pe care Taoismul n-o menționează ca ceva diferit iar Vedanta o numește *sattwa*.

Energia *tamas* în psihe are o calitate absorbantă și densă, "realul" rămâne întunecat, înnourat, umbrit, dispare în densitatea amorfă a "tamas". Când atenția internă este atrasă de această energie conștiința adoarme și-și pierde interesul pentru acțiune și pentru lumea exterioară. În timp de veghe, starea interioară este de melancolie și depresiune. Judecata se întunecă și trăiești în îndoială și nesiguranță. La extremă, când sentimentul intern al realității este total absorbit într-o absolută lipsă de sens și în vacuitatea moartă și minerală a ondulațiilor primare de "tamas", viața devine insuportabilă, mintea se umple de idei de moarte și autoanihilare, dorința de sinucidere și la sfârșit ia în stăpânire atenția și conștiința.

Fără a ajunge la această extremă, absorbirea în "tamas" conduce la o structurare de stări sufletești pe care le-am putea numi de "tip lunar", adică, reci, palide, stinse și melancolice. Ideile și atitudinile "romantice" se inspiră de la acest tip de energii. Lumea spiritelor, ca și "spiritismul" și "ocultismul", țin de acest plan energetic. Arhetipurile cu caracter "obscur" ca "diavolii" sau orice fel de ființe infernale și conceptul însuși de "iad" sunt produse ale acestui domeniu al psihismului, dar sunt la fel de reale ca și energia care le alimentează. În altă ordine de idei, densitatea acestui tip de energie o face foarte potrivită pentru a fi depozitată în memorie. Orice experiență conștientă sau inconștientă rămâne înregistrată în "tamas". Emanația sa permanentă în conștiință creează sentimentul de existență pentru "trecut".

Energia "rajas" reprezintă contrariul. Esența sa este acțiunea și activitatea, mișcarea și agitația. Dacă "tamas" a creat un paravan care absoarbe realitatea în interiorul său amorf, "rajas" proiectează asupra acestei densități vide tot felul de iluzii și fantasmagorii care apar în fața conștiinței sugestionate să atingă scopuri și idealuri. Ființa umană, sedusă de aceste obiective iluzorii, dar atractive și apetisante, încărcate de sens și de "realitate"(aparentă), e într-o goană permanentă după ele. Sunt ceea ce dă sens existenței sale și se află "în afară de sine însuși" (astfel apar în psihe în fața conștiinței). Pentru a le atrage e nevoie de "putere" (puterea însăși sfârșește prin a deveni, ca și banii, un scop în sine în loc de a fi un mijloc pentru a atinge alte scopuri), iar puterea duce la lupta pentru putere cu urmările sale de ambiție, avariție, aroganță și egoism. Când "rajas" scapă de sub control, rezultă o stare de

hiperexcitabilitate şi nelinişte pe care am putea-o numi o "manie". Într-un stadiu mai puţin accentuat, calitatea sufletească generată de "rajas" s-ar putea numi "solară", adică luminoasă, caldă, strălucitoare şi vibrantă. Spre deosebire de ceea ce se întâmplă cu "tamas" care duce la stări şi trăiri interioare neplăcute (tristeţe, depresie, lipsă a poftei de viaţă, etc.), "rajas", exceptând extremele negative (furie, violenţă necontrolată, excitaţie maniacală, etc.) generează o stare care se resimte ca plăcută şi binefăcătoare. Sub influenţa "rajas", subiectul se simte plin de energie şi vitalitate, înclinat spre veselie şi bucuria simţurilor. Acest impuls spre "a trăi intens", înseamnă a exploata la maximum satisfacţia produsă de stimularea aparatului senzorial. A fi stimulat plecând de la mâncare sau sex, a avea aventuri pentru a simţi schimbări şi excitaţii emoţionale, sunt impulsuri de "rajas".

Majoritatea arhetipurilor "numenale" cu caracter pozitiv provin din "rajas". Viziunile cereşti, inclusiv experienţele mistice de înălţare sau comuniune cu energia divină (energie solară în mod normal, experienţe interioare de lumină sau sunet, senzorialitatea spiritualizată, pe scurt), sunt fenomene ale unor nivele mai înalte de "rajas".

Dar într-un plan psihologic mai obişnuit se poate spune că "rajas" se află în serviciul "ego"-ului [1]. "Rajas" este ceea ce umflă ego-ul şi proiectează la nivel colectiv valorile şi scopurile sociale (ca "realitate" comunicată în nivel colectiv) şi ceea ce, apoi, subiectul impulsionat de "ego" (pentru a satisface "ego"-ul) va urma la nesfârşit. O caracteristică evidentă a "scopurilor" este că ele sunt întotdeauna plasate în *viitor*, de aceea nu se ating niciodată, iar dacă par să fie atinse, devin imediat lipsite de interes (nu mai sunt influenţate de "rajas") şi se iveşte un nou scop care se situează ceva mai jos. De aceea sentimentul interior al existenţei *viitorului* este generat la acest nivel (rajas) al complexului psihoenergetic.

În a sa teorie a instinctelor, Freud vorbeşte despre "instinctul de viaţă" şi "instinctul de moarte". Identificarea cu "rajas" şi "tamas" poate da naştere la echivocuri căci este ştiut că un dezechilibru către "tamas" produce un "instinct de moarte"; un dezechilibru către "rajas" nu este echivalent cu un "instinct vital sănătos" (echilibrat), ci cu unul ducând la o activitate nestăvilită, maniacală şi, în egală măsură, negativă pentru sănătatea organismului.

Dualitatea de bază a teoriei lui Jung: "introversiune – extroversiune" descrie un aspect important al energiilor tamas-rajas. Un subiect influenţat de "rajas" va tinde în mod efectiv la a fi extrovertit şi se va arăta introvertit dacă în el predomină "tamas". Însă semnificaţia de "tamas" şi "rajas" este

(1) Şi aici putem înţelege conceptul de "ego" în sensul său popular, de "eu" sau "persoană"; credem că ideea unui "ego umflat" este suficient de clară şi nu mai necesită o lămurire.

mult mai amplă şi permite o infinitate de alte nuanţe pe care le vom comenta în cele ce urmează.

Să vedem, aşadar, cum natura materialelor energetice din care este alcătuit psihicul produce sau decurge din fenomene de dualitate, opoziţie sau contradicţie pe care apoi le percepem în diferite planuri ale experienţei şi pentru care căutăm explicaţii sau justificări "ştiinţifice" sau raţionale. Am putea spune că lumea este "văzută" prin ochelari de "tamas" şi "rajas" care constituie, una faţă de cealaltă, *teza şi antiteza* oricărui concept mental.

Astfel, opoziţiile "căldură – frig", "masculin – feminin", "uscat – umed", "luminos – întunecos", "viu – mort", "maniacal – depresiv", etc. sunt toate bazate pe opoziţia "rajas – tamas".

Credinţele sociale oferă, uneori, situaţii echivoce introducând elemente de valoare, căci o stare în care predomină "rajas" este mai plăcută decât cea în care este dominantă "tamas", ceea ce nu înseamnă că este un sfat bun pentru viaţă să fugi de tamas şi să încerci să pui în atenţia conştiinţei predominanţa rajas. Din păcate acesta este "sfatul" acceptat, aplaudat şi promovat în mod colectiv în culturile occidentale. Cultura succesului, a plăcerii procurate prin simţuri, a "traiului la vârf", etc. este o cultură care pretinde că *ceea ce e bun e rajas*. Cum acest lucru nu este cert, apar contradicţiile motivate de aspectele native ale "rajas", adică un anume dezechilibru în sensul "rajas", care provine, mai ales, din hipertrofia "ego"-ului (care e alimentat de "rajas").

"Ego"-ul este conceput de Jung ca un "arhetip", adică o "formă" în substanţa energetică a psihicului. Pentru Jung, "ego"-ul nu este "fiinţa", (adică entitatea umană reală). Jung a numit această ipotetică "entitate reală", "sinele" (Selbst). Până când "sinele" nu apare (este îngropat în "tamas" şi se supune tuturor fanteziilor lui "rajas", din care cea mai importantă este propriul "ego" ca ceva real), fiinţa umană se identifică cu "ego"-ul său. Dar "ego"-ul nu este ceva "consistent"; certitudinea existenţei sale şi permanenţa nu-i vin "dinăuntru" ci din exterior, din stimuli, elogii şi confirmări primite din afară. De aceea ego-ul are nevoie să controleze exteriorul.

Pentru "ego", care se percepe ca energie psihică, tot ceea ce nu este el însuşi este "exterior" (inclusiv corpul fizic propriu). Din fericire (pentru "ego"), aceeaşi energie "rajas" care-l hrăneşte conţine mecanismele de control. E vorba de acea parte a minţii care funcţionează ca un calculator, adică aceea care codifică conceptele şi le foloseşte în acord cu logica binară (sau logica aristotelică în termeni de limbaj). Universul întreg şi toate manifestările sale sunt dezmembrate, separate unele de altele şi clasificate pentru a le putea introduce în calculatorul "rajas" care manevrează "ego"-ul. Viziunea pe care o are "ego"-ul asupra lumii este şi o viziune *materializatoare*.

De aici, funcția mentală la om, ceea ce numim în mod obișnuit "gândire", apare ca o funcție legată de "rajas", în timp ce cea emoțională și intuitivă aparține mai curând tărâmului energiei "tamas". Dorim să atragem atenția că atunci când ne referim la "gândire" vorbim de acea atitudine de acționare în mod aproape specific cibernetic. Nu vom include aici alte funcții care ne apar ca fiind de asemenea specifice minții sau gândirii și pe care le numim "capacitate de discernământ" sau de "bun simț", "imaginație", gândire creatoare", etc.

În Sahaja Yoga, aspectul "tamas" al totalității psihoenergetice este numit *subconștient colectiv* iar cel "rajas" *supraconștient colectiv*, ceea ce nu înseamnă că primul este inferior conștiinței obișnuite, iar al doilea superior (o conștiință de nivel mai înalt), denotând mai curând o poziționare "spațială" față de conștiința obișnuită. În concepția jungiană, atât "subconștientul" cât și "supraconștientul" sunt incluse în conceptul de *incoștient colectiv*.

Dar, în final, important este să stabilim că atât "rajas" cât și "tamas" sunt, valoric vorbind (adică din perspectiva de creștere sau evoluție corectă a ființei umane), de importanță egală. Ele dau psihicului același caracter de "simetrie bilaterală" pe care o are și corpul.

Totuși, în limbajul cotidian se produc confuzii tocmai din tendința unei mai mari aprecieri sociale a exprimării caracteristicilor "rajas". În corpul fizic, cum vom vedea mai departe, "rajas" se exprimă pe partea dreaptă, iar "tamas" pe stânga care mai primește și numele de "siniestro"[1], ceea ce conduce, prin asocierea acestui cuvânt cu alt nivel conceptual, la aprecieri peiorative (ceea ce e "sinistru" e intunecat, neliniștitor și înspăimântător așa cum apare efectiv în unele cazuri energia "tamas").

Altă distorsiune a limbajului situează ca opuse conceptului "tamas" conceptele neadecvate (care nu sunt "rajas"). De exemplu, opusul lui "lașitate" (tamas) nu are "valoare" fără "temeritate" (rajas). "Valoarea" este un concept a cărui semnificație vizează alt nivel care propune echilibrul antagonistelor "lașitate" – "temeritate". Același lucru se poate spune despre multe alte concepte. De exemplu, contrariul lui "zgârcenie" (tamas) nu este "generozitate" ci "risipă" (rajas). Desigur, conceptul de "generozitate" apare ca ceva central și superior. Confuzia provine din acest obicei cultural pe care l-am menționat anterior unde lui "tamas" i se asociază "răul", iar lui "rajas" "binele", prin generalizarea unei experiențe unde starea "tamas" este neplăcută iar "rajas" plăcută, presupunând astfel că tot ceea ce e plăcut este în mod necesar și "bun". Trebuie să insistăm pe ideea că "bun" va fi folosit aici în sensul de "ceea ce servește evoluției" și înseamnă dezvoltare în direcția

(1) siniestro = (span.) stâng, dar și sinistru, groaznic, tenebros (n. trad.).

unui echilibru mai bun, a unei îmbunătățiri a sănătății și lărgirii conștiinței.

Despre această poziție centrală de echilibru între antagonicele "rajas" și "tamas" care permite atingerea unui stadiu mai înalt ce depășește și armonizează, știm că în filozofia hegeliană primește numele de "sinteză", iar în Vedanta se numește *sattwa*.

Dar "sattwa" nu este doar nu concept abstract, ci este o stare reală a energiei psihice. "Sattwa" este starea de absolută puritate în interiorul psihe-ului[1]. Lumea văzută cu "ochelari" de "sattwa" s-ar vedea așa cum e; "sattwa" ar permite conștiinței să capteze prezentul în realitatea "sinelui" său, într-o perfectă puritate, fără nici o contaminare cu trecut sau viitor. Ceea ce e real ar putea ajunge la conștiință prin intermediul "sattwa", în plenitudine absolută. Prezența lui "sattwa" în fața atenției și conștiinței produce o stare sufletească resimțită ca bucurie și fericire. Nu în forma de veselie zgomotoasă a stadiilor pozitive de "rajas" unde totdeauna este prezent germenele opusului său ("mâhnirea" și "epuizarea") și care în plus necesită o cauză "exterioară" pentru a se produce, ci de bucurie și satisfacție "în sine" fără cauză și scop, ca ceva care hrănește din interior pentru că este astfel, pentru că este adevărata natură a realului.

Drumul "sattwa" este drumul evoluției în ființa umană, acela al dezvoltării sale până la plenitudine în "ceea ce trebuie să fie". Dar "sattwa" implică echilibru, de aceea nu poate exista sănătate și pace în afara lui "sattwa". Oricare altă situație care poate apărea echilibrată va fi doar una instabilă de compensare și sprijin care se va altera în orice moment și va protesta pentru precaritatea structurii. Fiind o cale de echilibru, calea "sattwa" a fost descrisă, uneori, ca "muchia cuțitului". La dreapta și la stânga acestui drum de lumină și puritate se ridică muntele bombat al "ego"-ului (rajas) și prăpăstiile profunde și tenebroase a ceea ce Shri Mataji numește "superego" (tamas). *Calea "sattwa" în viață este calea Sahaja Yoga.*

Dar chiar dacă "ochelarii de sattwa" permit o viziune nedistorsionată a realului, ei *tot ochelari rămân.* Pentru a atinge unirea cu absolutul e nevoie să te eliberezi de ei, trebuie să treci dincolo de ei. Cum am menționat deja la începutul acestui capitol, ne mișcăm într-o structură psihoenergetică, iar absolutul nu poate fi conținut în ea. Totalitatea psihoenergetică este "creația" și este câmpul pe care conștiința noastră îl poate explora, "zeii" noștri pot fi doar proiecții în sânul acestei energii care, după cum am văzut, este disocia-

(1) "Puritatea absolută", adică eliberată de relativitate și comparație, poate exista doar în afara psihe-ului, "dincolo" de el, în planul inexprimabil al Absolutului despre care nu putem spune nimic. Puritatea "sattwa" este maxima puritate posibilă a psihe. Ne aflăm încă în planul relativ, chiar dacă vizăm dincolo de el.

toare (rajas-tamas) şi, doar în aspectul său "sattwa", ne poate prezenta un aspect nedistorsionat al realităţii, dar care e totuşi doar o reflectare. Realitatea absolută, adică Divinitatea (în termeni religioşi) trebuie să fie dincolo de această totalitate psihoenergetică. În Orient, absolutului Divin i se spune "nenăscut" sau "nemăsurabil", sens care se întâlneşte dincolo de această creaţie.

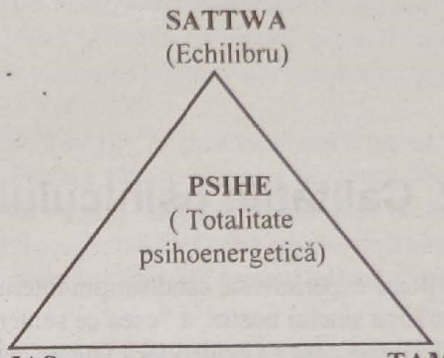
De aceea, acest câmp energetic care este "creaţia" (şi pe care aici îl numim totalitatea "psihoenergetică"), a cărui substanţă o constituie cele trei forme de energie (rajas-tamas şi sattwa), este considerat în filosofia orientală ca *maya*, adică oceanul iluziei, ceea ce nu este realitatea. Acest termen "maya" sau "iluzia" a fost înţeles greşit în occident datorită tendinţei de a considera "creaţia", ca fiind obiectele materiale percepute de simţurile noastre, precum şi din înţelegerea "psihe"-ului nu ca ceva real, ci ca o funcţie a creierului biologic. Din acest punct de vedere, ideea că lumea este "iluzie" înseamnă, pentru un occidental, că scaunul pe care se aşează sau cana pe care o apucă nu sunt într-adevăr acolo, ceea ce devine inacceptabil şi chiar ridicol.

Dar punctul de vedere de la care se pleacă aici (şi care este similar celui susţinut de Jung şi de alţi savanţi) nu presupune vechea deosebire filosofică între lucrurile care există "în sine" sau "pentru sine", etc, ci se consideră că fiinţa umană are de a face cu fenomene psihice. Dacă iau o cană în mână sau dacă mă gândesc la o problemă de matematică, totul se transformă imediat într-un fenomen psihic. Adică o anumită parte a energiei psihice se mobilizează şi atenţia mea o aşează în faţa conştiinţei mele cu care "îmi dau seama" de fapt, percep anumite emoţii etc., iar faptul că vasul sau "matematicile" există "în afara mea", nu este ceea ce dorim să discutăm.

Diagrama ce urmează poate rezuma ceea ce am comentat asupra compoziţiei energetice a psihe-ului. Deci, psihicul sau "complexul psihoenergetic" are în compoziţia sa trei tipuri de energii pe care le-am comentat. Sănătatea se obţine prin echilibrul energiilor generatoare de antipozi "rajas" – "tamas", cu alte cuvinte "calea sattwa". Dar această cale conduce la "Sine" (pentru a folosi termenul jungian) dincolo de energia psihică, adică la eliberare sau acolo "unde nu mai sunt cuvinte".

În tradiţia orientală există o parabolă care simbolizează ceea ce am comentat: se spune astfel:

"Cele trei guna (energii) pot fi comparate cu trei hoţi care pândesc un om într-o pădure. Tamas, unul dintre hoţi, doreşte să-l omoare dar, convins de Rajas (alt hoţ), îi leagă doar mâinile şi picioarele de un copac şi-l jefuieşte de tot ce are. După puţin timp, Sattwa, al treilea hoţ, apare, îl eliberează pe prizonier de legături, îl conduce cu blândeţe în afara pădurii şi-i arată drumul spre casă.



- Mentalul
- Acţiune, extroversiune
- Viitor
- Proiect, motivaţie

<u>În caz extrem</u>:
"Stări maniacale"

- Emoţiile
- Inactivitate, introversiune
- Trecut
- Memorie, condiţionări

<u>În caz extrem</u>:
"Stări depresive"

Sattwa trebuie să-l lase să meargă singur, căci, fiind şi Sattwa tot un hoţ, se teme să nu fie prins de oamenii legii; de aceea nici el nu-l poate însoţi pe om dincolo de pădure.

Tamas vrea să-l omoare. Rajas să-l lege de lume şi să-i fure toate bunurile spirituale. Sattwa să-l pună pe calea eliberării".[1]

(1) Atmabodha, "Shankaracharya", Ed.Hastinapura, Buenos Aires.

2. Calitățile psihicului

Așa cum fiecare poate experimenta, când simțim interiorul nostru, adică avem senzația sau trăirea sinelui nostru, a "ceea ce suntem", această trăire este "colorată" cu o calitate care se evidențiază față de celelalte. Uneori ne simțim hotărâți și siguri, dominatori și capabili de a controla situația, interiorul nostru pare "dintr-o bucată" solidă și indestructibilă, relația noastră cu exteriorul este în acel moment, asemenea celei a unui "împărat" care-și conduce împărăția. Alteori simțim în noi un spirit exhibiționist, ne place să "apărem", să fim în centrul atenției și ridiculizăm totul asemenea unui "bufon" pentru ca toată lumea să se amuze de glumele noastre. Am putea enumera mii de forme distincte pe care le îmbracă în interiorul nostru "energia psihică", modelând senzația a "ceea ce suntem" în acel moment. Trebuie înțeles că nu vorbim de "roluri" sau "funcții" pe care trebuie să le îndeplinim în societate și care cer să *arătăm* o anume calitate sau aparență de personalitate, ci la ceea ce realmente *simțim* în noi înșine, în interiorul nostru. Nu rareori "rolul" pe care-l avem de jucat din convenienţe sociale este în contradicție cu "adevărata" calitate sufletească ce vibrează în energia psihică și se anunță în fața conștiinței ca "ceea ce suntem". Există, de exemplu, vânzători "agresivi" care se simt poeți, ori militari "conchistadori" cu structură psihică de profesori.

În psihologia convențională calitățile psihicului se interpretează ca "trăsături ale personalității" sau ca "temperament" ori "structură caracterologică", etc. În general, aceste calități sau configurații ale personalității sunt atribuite influenței organelor fizice (glande, sistem nervos etc.) și educației. Cu alte cuvinte, așa cum se întâmplă întotdeauna în viziunile occidentale, originea oricărei explicații se află în ceea ce am putea numi "lumea exterioară", adică în fenomenele care sunt capabile de a excita simțurile noastre și organele de percepție.

Cum am mai afirmat, "lumea exterioară" – când suntem conștienți de ea, sau când o experimentăm în mod inconștient (simțurile înregistrează toți stimulii, chiar dacă nu ne dăm seama) -- nu este altceva decât un aspect al "totalității noastre psihoenergetice"[1]. Dar așa cum această energie psihică

(1) Încă o dată atragem atenția cititorului asupra faptului că obiceiurile mentale

are un aspect dual (sau s-ar putea spune că este de două tipuri) pe care l-am numit "tamas" și "rajas", "lumea exterioară" poate fi "construită" în versiunea sa interioară cu materiale "tamas" sau materiale "rajas" sau un amestec din cele două.

Dacă predomină "tamas", "lumea exterioară" se va vedea populată cu magie și mister. Fiecare obiect ni se va prezenta dotat cu o viață care comunică emoțional cu noi, "spiritele" lumii ni se fac perceptibile. Lumea poveștilor cu zâne și cea a culturilor "primitive" este o lume elaborată interior cu predominanța energiei "tamas". Lumea internă și externă sunt cu greu separabile.

Dacă predomină "rajas", toate acestea se pierd, "lumea exterioară" se materializează, bariera între "lumea exterioară" și "lumea interioară" se întărește și se accentuează, obiectele neînsuflețite sunt "complet moarte", ba chiar ființele vii (inclusiv persoanele) sunt considerate obiecte. Această situație permite un control mai bun al "lumii exterioare" care acum poate fi ordonată, clasificată și manipulată. "Lumea interioară" devine mai nesigură și neprevizibilă, se divide la rîndul ei într-un aspect "gânditor" (ideile, cuvintele etc.), iar restul este emoțional și intuitiv. "Aspectul gânditor" poate fi ordonat cu mai mare ușurință în acord cu tiparul care se folosește pentru "lumea exterioară", adică transformată în părți clar delimitate pentru a fi prelucrate și manipulate. Astfel, "lumea exterioară" care se percepe ca "foarte exterioară" sau "clar exterioară", se transformă în "ceea ce este *real*", în schimb tot ceea ce se simte ca "interior", cu unica excepție a funcțiilor gânditoare raționale, se consideră ca "fantezii", au, în orice caz, epifenomene ale planului Din propriul organism se acceptă ca "real" sau "existent într-adevăr" (adică *lucru material*) doar corpul fizic (exterior). Gândirea, emoțiile, inclusiv conștiința sunt fenomene generate de funcționarea mecanică a corpului fizic.

În realitate, atât această situație cât și cea anterioară provin din aspectul energetic care servește de bază psihe-ului pentru a transforma stimulii

materialiste ne duc la a asocia "mintea", "psihe"-ul cu ceva care se află *înăuntrul* craniului nostru pentru care "lumea exterioară" care e *afară* este greu de conceput ca făcând parte din același psihe. Pentru a ne ajuta la înțelegerea acestui aspect esențial putem folosi asemănarea cu visul. În vis ne vedem pe noi înșine și vedem de asemenea "lumea exterioară". Totuși știm că atât individualitatea noastră sau visul ca și lumea exterioară unde ne mișcăm se aflau în mintea noastră adormită. E nevoie de un anumit efort de imaginație pentru a face independent "psihe"-ul (energia cognitivă) a corpului, simțurile, etc. doar în măsura în care "sunt cunoscute", fac parte din "psihe" (și nu invers).

senzoriali în material pentru conștiință, dar e ușor să-ți dai seama că în culturile așa numite "occidentale" unde predomină raționalismul și "paradigma științifică" luate ca bază pentru înțelegerea universului, se acordă prioritate energiei "rajas" în cadrul "totalității psihoenergetice", în timp ce alte culturi (unele din cele numite "orientale") încă mai acordă un plus de atenție lui "tamas".

Pentru o persoană aparținând culturii noastre, care abia dacă mai are altă energie decât "rajas", în tentativa sa de a înțelege viața și realitatea, apropierea de aspectul "spiritual" este foarte dificilă, iar acceptarea ***Sahaja Yoga*** care în plus este înzestrată cu forme și concepte neobișnuite, este obstrucționată de unele piedici. De aceea, vom încerca să oferim aici viziunea fenomenului cît se poate de rațional ("rajasic") posibil.

Calea care ni se pare mai adecvată este să înveți a accepta ideea jungiană a "realității psihicului" și felul în care în "psihic" este conținut în formă imediată sau potențială universul întreg, la marginea căruia acesta există și în alte planuri. Este important să ne dăm seama că nu este vorba de a se lua apărarea unei filosofii de tip platonician sau că se pune problema unui acord cu o abordare kantiană sau cu aceea a altor filosofi etc., ci pur și simplu de a adopta (cum afirmă Jung însuși) un punct de vedere fenomenologic. Dacă există sau nu o "lume exterioară" nu ne interesează aici, ne limităm la a studia fenomenele psihice care sunt în legătură cu așa-numita "lume exterioară", dar le luăm în seamă doar în calitatea lor de "fenomene psihice".

Odată acceptate acestea, următorul pas este de a ști câte ceva despre "substanța psihică" dat fiind că este materialul de la care percepem și înțelegem. Teoria pe care am expus-o, aceea a celor două energii polare antagoniste ("tamas" și "rajas") și celei de a treia ("sattwa") care exprimă echilibrul și puritatea, explică foarte bine esențialul fenomenelor de care ne ciocnim în viața cotidiană (relativitatea și dualismul conceptelor, limbajul și existența însăși), inclusiv în excesele patologice (oscilația maniaco-depresivă, obsesia paranoică etc.). De aici rezultă o concluzie importantă:

Sănătatea reală în toate aspectele se poate întâlni doar în starea de echilibru, adică "sattwa",

iar această concluzie are un corolar care e și mai important:

Plecând de la situația de echilibru, adică de la starea de sănătate și "sattwa", se atinge automat stadiul de conștiință a Absolutului. Altfel spus, se "iese" din planul psihic referitor la "divinitatea Absolutului".

"Automat" înseamnă în chip "natural" și fără efort, în mod spontan.

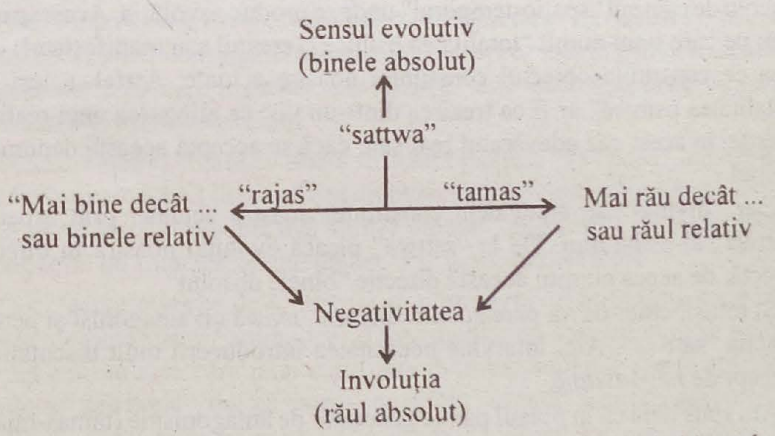
Motivul l-am explicat în capitolul anterior: energia "sattwa" este, în cadrul universului psihic (ceea ce e în mod manifest, temut de psihe), ceea care se găsește cât mai aproape de "real". Cum de asemenea am mai spus

"realul" este o situație (cum am putea-o numi?) în afara universului manifestat, unde tot ceea ce "este" se revelează ca "a fi" fără a fi umbrit sau deformat de traducerea lui "tamas" sau "rajas".

Această energie de echilibru (sattwa) este, conform tradiției (și ***Sahaja Yoga***), calea fluxului evolutiv către care se îndreaptă omenirea ca specie și fiecare ființă umană ca individ. Tranziția se produce prin "sattwa". Asta nu înseamnă că nu există "transformare" internă când mișcarea vitală se efectuează în alte tipuri de energie ("tamas" și "rajas"), transformarea și amplificarea materialului psihoenergetic care stă la dispoziția conștiinței este inevitabilă, este o condiție a vieții însăși unde nimic nu se află în repaus, dar "sensul" acestei transformări poate fi "deviat" sau ea poate deveni chiar "involutivă".

Cum este ușor de observat, în aceste propuneri se avansează ideea existenței unui "obiectiv al evoluției", un fel de "loc prevăzut" către care ne îndreptăm, și a cărei direcție, în cadrul complexului construit de energia psihică în care se află cufundată conștiința, este semnalată de calea "sattwa". În acest fel se poate spune că există "binele" în sens absolut, el fiind tot ceea ce ne îndeamnă spre evoluție; în schimb, "răul" ar fi ceea ce e involutiv (deși poate fi plăcut sau "bun" în sens relativ). Schema următoare încearcă ilustrarea acestor comentarii:

SENSURILE PSIHICULUI



Faptul că există un "obiectiv al evoluției" nu poate constitui obiect al unei demonstrații obiective. El se află conținut în învățătura lui ***Shri Mataji*** și în tradiția filosofico-religioasă a iudaismului ca și în tradiția tuturor marilor religii.

Opera lui Pierre Teilhard de Chardin, binecunoscut și apreciat pentru contribuția sa în domeniul antropologiei, nu este altceva decât o încercare de a demonstra existența acestui "obiectiv". Astfel, el afirmă într-unul din eseurile sale:

"Este foarte clar pentru experiența noastră că întâmplarea în curs de evoluție nu se realizează decât succesiv și în dependență mecanică de tot ce precede. În primul rând, elementele care se grupează, apoi "sufletul" care se manifestă și a căror acțiune nu se traduce din punct de vedere energetic, decât printr-o înfășurare din ce în ce mai complexă și mai sublimată a forțelor care transmit legăturile elementelor. Radialul în funcție de Tangențial. Piramida al cărei vârf se susține prin bază. Vedem aici ceea ce apare de-a lungul drumului. Și tot aici vedem modul în care, la capătul procesului, Omega însuși ni se descoperă în aceeași măsură în care ajung la el mișcările de sinteză. Oricum, suntem conștienți de faptul că sub acest aspect, chipul său evolutiv nu se arată decât pe jumătate. Ultimul termen al seriei, este în același timp ceva dincolo de serie"[1].

Teilhard de Chardin numește ***Punct Omega*** acest loc către care el vede convergând forțele evolutive care în încercări neobosite par să construiască, să distrugă și să reconstruiască ființa umană. În fiecare etapă se produce o transformare care în mod hotărât conține "ceva în plus" față de precedenta. E interesant de asemenea, să reținem, pentru paralelisme între punctul de vedere al acestui autor și punctul de vedere pe care îl propunem aici, ultimul paragraf al comentariului anterior. "Punctul Omega" (obiectivul evoluției) este finalul seriei evolutive dar, în același timp, este "dincolo de serie", adică dincolo de câmpul "spațio-temporal" unde se produce evoluția. Acest spațiu-timp pe care l-am numit "totalitatea psihică" (creatul sau manifestatul) este ceea ce constituie obiectul conștiinței noastre actuale. Astfel, a ieși din "totalitatea psihică" ar fi ca trezirea dintr-un vis, ca atingerea unei realități diferite, în acest caz adevăratul real sau, dacă se acceptă această denumire, divinul.

Dar "divinul" se arată deja conștiinței noastre actuale, prin aspectul "sattwa" al psihe-ului. De la "sattwa" pleacă evoluția noastră în direcția corectă, de aceea numim această direcție "binele absolut".

Și totuși, chiar de va părea contradictoriu, există un antagonist și pentru direcția "sattwa". Aici intervine necesitatea introducerii mult discutatului concept de *negativitate*.

Am spus deja că în planul psihic generator de antagonisme (tamas-rajas), apar situații dureroase pentru conștiința identificată cu ele, când atenția este

(1) P. Teilhard de Chardin "El fenomeno humano" ("Fenomenul uman"), Ed. Taurus, 1963.

absorbită de energiile acestui plan în forma lor externă. Am putea spune că ceea ce noi numim o persoană "normală" este cineva care nu depășește anumite limite ale direcțiilor "tamas" sau "rajas" ale psihe-ului. Când o anume împrejurare face să se depășească aceste limite, apar stări pe care le calificăm patologice și care se definesc în psihologia convențională drept *maniaco-depresive* (după cum direcția este "rajas" sau "tamas").

De exemplu, un subiect care trăiește cufundat în lumea accelerată a occidentului, dornic de puteri și de reușită socială, planificând viitorul până la cele mai mici detalii, se mișcă, psihic vorbind, pe primejdioasele cărări ale "rajas". Dacă devierea se accentuează în acest sens și neliniștea lui se mărește, poate cădea în stări de puternică suferință maniacală.

Dacă, dimpotrivă, tendința sa temperamentală și obiceiurile sunt "tamasice", se va simți îndemnat spre melancolie, adică lumea "fără sens" și va fi "un boem", un "marginalizat" și un "nihilist", disperat și din ce în ce mai deprimat și suferind din acest motiv.

Totuși, deși există suferință și mintea e întunecată "nivelul de conștiință" se menține. Am putea spune că oscilația către "rajas" sau "tamas" se produce pe un *plan orizontal* și la înălțimea nivelului de conștiință pe care-l are subiectul.

Dar, în plus față de aceste stări extreme, prin ele însele "negative", par să existe în interiorul acestui ansamblu de energii, formațiuni morbide care nu implică în mod necesar trecerea la poziții limită (extreme) ale energiei "rajas" și "tamas". Este vorba de negativitatea propriu-zisă care "ocultează" sau "eclipsează" energia "sattwa". Când se produce o deplasare către extreme (stări maniaco-depresive) se face o "îndepărtare" de "sattwa" dar, deși departe, "sattwa" continuă să strălucească și e prezentă în psihe; în cea de-a doua situație pe care o comentăm "satwa" este doar *acoperită*, *umbrită*, strălucirea ei este *împiedicată*.

Fără strălucirea "sattwei" toată structura psihică "va cădea" într-un plan inferior pe care l-am putea califica drept *malign* (cel puțin după consecințele etice apreciate din perspectiva ființei umane "normale"), energia psihică dobândește un caracter dezintegrator, distructiv sau entropic.

Deci, acum e vorba de o mișcare în *plan vertical*; conștiința cade către nivele mai joase, mai "animalice". Discernământul etic și moral se reduce. Se pot comite acte care unei conștiințe de nivel superior îi pot apărea ca "barbare" sau "rele", dar pe care o conștiință "căzută" le poate găsi de dorit și plăcute. O ilustrare foarte reușită a acestui fenomen este povestea lui "Dr. Jekyl și Dr. Hyde". Dr. Jeckyl este animat de forțe psihice cu puternică influență sattwa într-un sens de coeziune energetică către planurile de mai mare complexitate și perfecțiune (anentropia care se percepe în evoluția

vieții). Expresia etică a acestei configurații energetice o numim *dragoste*. Lui Dr. Hyde, în schimb, îi lipsește influența "sattwa". Reflectarea "realului" nu este prezentă în câmpul său psihic căci comportamentul "sattwa" este blocat, fapt pentru care tendința psihe este către dezagregare și entropie care conduc la niveluri mai elementare de existență. Expresiei etice a acestei direcții distructive i se spune *ură*.

În mod logic, blocarea lui "sattwa" nu se produce din planul vertical al "sattwa" ci din planul orizontal de bază care constituie "substanța" esențială a psihe-ului și care este dimensiunea generatoare a antagonismelor "rajas-tamas". Astfel, conform direcției din care provine blocajul, căderea către entropia dezintegratoare va fi colorată cu atributele direcției de care este vorba. Pentru a utiliza termenii cunoscuți în psihologia convențională când obstrucția provine din direcția "rajas", structura psihică și comportamentul dobândesc acel caracter pe care-l numim *sadic* iar iar dacă provine din "tamas", vom spune că e vorba de o stare *masochistă*. În cazul personajului Dr. Hyde, blocajul provenea fără îndoială din direcția "rajas".

Trebuie să observăm că în vreme ce *dezechilibrul* (maniaco-depresiv) este întotdeauna dureros pentru organism, *căderea* sado-masochistă, nu este neapărat prezentă și activitatea animată de această stare a energiei psihice este trăită cu satisfacție, chiar cu plăcere.

Spațiul pe care l-am rezervat pentru acest eseu nu ne permite să intrăm în mai multe amănunte și explicații asupra celor amintite anterior dar sperăm ca, cel puțin la nivelul de generalitate pe care-l propunem, să fie suficient de clare. Mai ales, diferența între dimensiunea "relativă" (rajas-tamas) și dimensiunea "către absolut" (sattwa – lipsă de sattwa). Cum am văzut, rajas sau tamas se amortizează totdeauna în opusul lor precum fondul și imaginea unui tablou în care "imaginea" are nevoie de "fond" pentru a exista. În schimb, direcția "sattwa" este o sinteză evolutivă. Dragostea nu necesită ură pentru "a fi". De fapt, dragostea "este" "a fi". Ura se percepe când ceva care se află pe un plan evolutiv (am putea spune, la un nivel de "dragoste"), "dorește" să cadă într-un plan inferior și atunci produce o perturbare în planul în care se află. O perturbare distructivă și dezintegratoare.

Poate e cazul să adăugăm că dragostea la care ne referim aici este Iubirea cu majusculă, care este esența Ființei (a Ființei Colective) și nu dragostea "îndrăgostiților" numită "romantică" și care are un caracter egoist și individualist și conține aproape întotdeauna componente "sadomasochiste".

Ceea ce am comentat până aici determină calitățile fundamentale ale stării sufletești, adică modul în care cineva se trăiește pe sine însuși și ceea ce, ca atare, se va manifesta în comportamentul său. Este vorba de o consecință a materialului psihoenergetic care atrage atenția internă. *Atenția* trebuie înțeleasă

în sensul său larg nu doar în accepția sa curentă care se referă la o manevrare conștientă ci și aceea care funcționează în afara controlului conștiinței de veghe. Astfel, de exemplu, când lucrăm ceva și dorim să avem eficiență, trebuie să fim "atenți". În aceste cazuri, atenția este "adunată", "concentrată" în acele fenomene care ne interesează. Totuși atenția acționează chiar dacă nu intenționăm să o dirijăm către un loc anume; atunci atenția funcționează în mod spontan în acord cu structura psihoenergetică particulară a fiecăruia. Se poate întâmpla să fim absorbiți în a contempla ceva care se petrece și, deodată, atenția ne este atrasă de bătăile unui ceas și ne amintește că avem o întâlnire, că vom întârzia dacă nu ne punem în mișcare etc. În același fel în care atenția este atrasă de fenomene "externe", ea este mobilizată și de episoade "interne". Aceste "evenimente" care se produc pe "scene interne" sunt mai difuze, mai greu de identificat și de "izolat" decât cele "externe" și, de aceea, nu pare că atenția noastră acționează și acolo în mod similar acțiunii în "exterior". Pe de altă parte, condiționările culturale (mai ales în occident) ale unei societăți orientate către eficiența acțiunii asupra ambientului "exterior", motivează antrenamentul atenției pe aspectul lumii externe, dar neglijează complet aspectul lumii interne. De exemplu, un copil este obligat încă de foarte mic să-și antreneze atenția în jurul a mii de evenimente cu caracter cultural sau legate de supraviețuire (de la controlul sfincterelor până la traversarea străzii atunci când nu trec vehicule), dar nimeni nu-i spune nimic asupra modului în care să-și folosească atenția în legătură cu diversele feluri de gânduri, emoții și întâmplări care se petrec în interior. Din nou apare aici ideea că "ceea ce e înăuntru" este "ceea ce suntem", iar "ceea ce e în afară" e "ceea ce nu suntem" și, ca atare, doar prima constituie obiectul legal al manipulării noastre. O atitudine echivalentă "către înăuntru" ar fi energic respinsă, căci ar apărea ca dornică de a ne manipula pe noi înșine și, astfel, ar atenta la esența sfântă a *libertății* noastre. A crede că esența libertății se întâlnește în planul psihic este o idee cu adevărat nesăbuită, care mai există în cultura de masă în occident. Descoperirea psihanalizei și dezvoltarea ulterioară a unor metode avansate de psihoterapie au dat o lovitură grea acestei credințe punând în lumină brusc nenumărate sisteme de manipulare și condiționare la care ne supunem și care încep chiar în propria cultură tradițională continuându-se în religii, în credințele științifice, în metodele societății de consum etc.

În orient, această credință nu este împărtășită. Se știe din antichitate, că dacă există libertate ea trebuie să fie în afară de (dincolo de) planul psihic. Adică, originea libertății este aceeași cu cea a "adevărului", a "absolutului" și, dacă este acceptată expresia, a "divinului".

Atâta timp cât ne aflăm în planul psihic ("atenția-conștiința" noastră nu

ştie să meargă mai departe), ne vom afla pe tărâmul fenomenelor relative, condiţionate şi mecanice, cu atât mai mult cu cât ne mişcăm în formele energetice ale lui "tamas" şi "rajas" şi cu atât mai puţin cu cât ne apropiem de "sattwa", de unde putem surprinde reflexul "realului" adică al "Sinelui" sau a "ceea ce este" în realitate.

Dar, chiar în cazul unui echilibru perfect al energiilor generatoare de antagonisme (rajas-tamas), care ar permite atenţiei să prezinte universul în faţa conştiinţei sub pura energie "sattwa", experienţa acestei situaţii, ar percepe în relaţia "Sine-univers" modalităţi sau calităţi diferenţiate. Adică reflectarea "realului" dobândeşte în aspectul "sattwa" altotalităţii psihoenergetice diferite modulaţii care permit experimentarea unui univers cu diferite dimensiuni calitative. Aceste dimensiuni se experimentează deopotrivă ca făcând parte din "energia internă" care, aşa cum am spus, se trăieşte ca "ceea ce suntem".

Putem rezuma, atunci, că diferitele calităţi care se percep în univers, înţeles ca ansamblul a ceea ce experimentăm ca interioritate şi ceea ce ni se pare că vedem în afara noastră, provin din condiţionările "totalităţii psihoenergetice".

1. Natura diferită a energiei psihice pe care am descris-o anterior ca diversele *direcţii ale psihe-ului.*

2. Diferitele modulări în energia psihică ce sunt introduse în psihe de la "sattwa". Potrivit cunoaşterii tradiţionale a orientului, aceste modulări calitative ale energiei se produc pentru că în aspectul "sattwa" al energiei psihice există anumite puncte sau "vârtejuri" care generează fiecare modulaţie particulară. Aceste "vârtejuri" modulatoare primesc numele de *chakre.*

Funcţionarea "chakrelor" permite să experimentăm universul cu nuanţe şi calităţi conceptuale diverse. Conform tradiţiei din orient există un mare număr de "chakre" dar cele mai importante şi relevante sunt în număr de şapte.

Aceste vârtejuri sau "chakre" s-au activat progresiv în masa psihoenergetică, de-a lungul evoluţiei umane. În cele ce urmează vom reveni asupra acestui aspect evolutiv şi vom comenta rolul "chakrelor" în acest proces; acum însă, ne vom limita la a enumera cele şapte "chakre" fundamentale şi tipul de calitate psihică pe care-l generează, conform învăţăturii lui ***Shri Mataji.***

Cum am amintit deja de la "tamas" sau "rajas" se pot produce blocaje în exprimarea "sattwa" a energiei şi dat fiind că exprimarea "sattwa" se face prin intermediul "chakrelor", a spune că există blocaje ale sattwa, este la fel cu a spune că există blocaje ale "chakrelor". Când unul din aceste vârtejuri sau "chakre", este astupat sau blocat, calitatea (activă) pe care o exprimă se

reduce şi apare "lipsa" sau "umbrirea" calităţii, ceea ce se percepe ca "rău" şi pe care limbajul îl etichetează printr-un concept opus celui ce denumeşte aspectul activ al calităţii. Dorim să insistăm asupra faptului că dacă în limbajul normal există un concept verbal opus nu înseamnă că în materialul psihic acţionează o energie de semn opus ci, pur şi simplu, că principiul activ care se situează în faţa conştiinţei dinspre forma "sattva" a psihe-ului şi prin intermediul unei chakre îi atenuează prezenţa.

Pentru a încerca să lămurim şi mai mult diferenţa între această dimensiune "sattwa" şi cea "rajas-tamas" propunem să recurgem la ceva similar împrumutat de la matematică. Ar fi vorba de compararea a două tipuri de scale, una dintre ele ar fi o scală *fără origine,* de exemplu cu valori externe între +1 şi –1 (sau + infinit şi – infinit) care ar servi la măsurarea dimensiunii "rajas-tamas". În partea pozitivă a scării vom situa toate stările "rajas" până la extremă şi în partea negativă toate stările "tamas" până la cea mai acută. Dimensiunea "sattwa" ar trebui să se reprezinte, în schimb, pe o scală *cu originea* în "zero", care ar echivala cu prezenţa nulă a lui "sattwa" în acest punct particular al psihe-ului. Extrema (pe care am putea-o numi 1 sau infinit) ar arăta că acest loc al psihe-ului este complet ocupat de "sattwa" şi, ca atare, reflectă conştiinţa "realului", "adevărului" sau "divinului" provenind de "dincolo de psihe".

S-ar putea spune că nu există "antireal" ca substanţă activă, în acelaşi fel în care nu există întuneric ca formă de energie; ceea ce există cu putere energetică este lumina deşi lipsa de lumină poate crea situaţii iluzorii [1]. Dar un lucru este "potenţialitatea" iluziei, şi altul "iluzia însăşi" care necesită un agent activ. Acest agent se întâlneşte în dimensiunea "rajas-tamas" care are sarcina de a produce în psihe toate stările de parţialitate, realitivitate, opoziţie etc., pe care le cunoaştem cu toţii şi care prin propria lor natură pot conduce la dezechilibre periculoase.

Cât despre "calităţile" generate de "chakre" în contextul psihic, trebuie să le înţelegem ca fiind cadrul posibilităţilor noastre de percepţie şi conştientizare. Dacă, de exemplu, percepem şi înţelegem calităţi ca "inocenţa", "generozitatea", "detaşarea" etc., este pentru că aceste calităţi se întâlnesc ca făcând parte din "materia noastră psihică" pe care am numită-o "totalitate psihoenergetică". Astfel, când prin intermediul stimulilor externi (ne aflăm în faţa cuiva care exprimă acea calitate) sau când propriul nostru echilibru intern o alimentează, atenţia interioară se poate situa pe aspectul "sattva" al energiei psihice, aceasta, modulată de "chakra" corespunzătoare, aduce conştiinţei noastre acel "sentiment" sau acea "valoare internă", a calităţii

(1) Shankaracharya, un important filosof indian, foloseşte frecvent asemănarea cu "sfoara ce se confundă cu un şarpe", etc.

care, pe scurt, nu este altceva decât un reflex mai mult sau mai puțin clar al acestui tărâm de "dincolo de psihe" pe care l-am numit "adevărul", "absolutul" sau "divinul".

"Chakrele" sau efectele lor (conștientizarea calităților în psihe), nu s-au născut brusc și simultan, ci au apărut treptat (fiind activate) de-a lungul evoluției umane. Le vom enumera în continuare, în ordinea în care s-a produs activarea lor, indicând numele sanscrit pe care-l primesc în tradiția indiană și calitatea de bază pe care o generează conform învățăturii ***Sahaja Yoga.***

• ***Muladhara chakra***. Conform tradiției, acest vârtej de energie apare la începutul creației "manifestatului" care, în terminologia psihologică s-ar putea numi "apariția Inconștientului Universal". Reprezintă, ca atare, calitatea de bază a psihe-ului sau, altfel spus, "savoarea" sau "expresia primordială" produsă de psihe în fața conștiinței. Am putea descrie această "savoare" ca *inocență.*

"Inocența" este, așadar, forma inițială în care se prezintă psihe-ul în stare pură, adică atunci când în conștiință predomină aspectul "sattwa" (central, echilibrat) al energiei psihice, înainte ca oscilările repetate, profunde și insistente către "rajas" și "tamas" să stingă prezența "sattwa". Este prima reflectare a "realului" în fața conștiinței, a manifestatului, iar chakra Muladhara o modulează ca "inocență".

Vedem apărând această reflectare la copiii mici sau în rarele cazuri de adulți care conservă (obișnuim să spunem) "sufletul de copil". Cu timpul, dezvoltarea altor structuri interne și influențe perturbatoare ale echilibrului din ambientul extern atenuează participarea lui "sattva" în psihe-ul individual și inocența inițială va fi înlocuită prin forme mai mult sau mai puțin acute de corupție. *Inocența* conține *înțelepciune* și *putere*.

Înțelepciunea trebuie înțeleasă aici drept cunoaștere intuitivă a esenței lucrurilor și nu ca acumulare de șabloane mentale asupra a ceea ce reprezintă lucrurile. Copiii și persoanele care au o inocență autentică sunt mari înțelepți în acest sens. Criteriul distorsionat al culturilor urbane actuale (unde predomină "rajas" ca material psihic pentru înțelegerea lumii) este cel care a creat asocierea între "inocență" și "prostie". A numi pe cineva "inocent" este ca și cum i-ai spune "prost", adică se consideră a fi o insultă. Conceptul de "înțelepciune" s-a pierdut și a fost înlocuit cu cel de "istețime" care echivalează cu "viclenie" dirijată spre a obține profitul maxim din ceea ce se află la îndemâna noastră. "Înțelepciunea" nu necesită nici un efort, "istețimea" în schimb are nevoie de resurse, "să aibă motorul în mers" permanent și piciorul pe accelerație, să nu se încreadă în nimeni și nimic și să păstreze cu orice preț avantajele și trucurile de rezervă.

Cu *puterea* se petrece ceva asemănător. Cine poate face rău unui copil? Este cunoscut dictonul: "inocența dezarmează". Există multă putere în inocență, dar, evident, nu este ceea ce înțelegem în mod normal prin putere (la fel în domeniul psihic al "rajas") care constă în a *dispune de o mai mare capacitate decât ceilalți* de a genera violență sau de a se opune violenței pe care, suntem siguri, o vor produce ceilalți (prin definiție "dușmani" în mai mare sau mai mică măsură).

• ***Swadisthana chakra.*** Este următoarea modulare care se produce în câmpul psihic ca reflex al curentului provenind din planul absolut sau real. "Forma" pe care o dobândește în inconștientul colectiv și, ca atare , cea pe care o poate îmbrăca drept potențialitate în fața conștiinței individuale, ar putea fi descrisă drept *creativitate.*

De unde provine fabuloasa inspirație muzicală a lui Mozart sau a lui Bach, descrierile uimitoare ale lui Dante sau Goethe și descoperirile incredibile ale lui Plank sau Einstein? Este faimoasă fraza lui Picasso à propos de "metoda sa creatoare": *Eu nu caut, eu găsesc*.

Este posibil ca această creativitate să provină de la anumite elemente preliminare care constituie punctul de pornire al creatorului, dar rezultatul este diferit de componentele inițiale, este ceva "nou" și de aceea îl numim creație.

Sperăm că acest concept (creație) nu va fi confundat cu căutarea celei mai bune soluții la o problemă în cadrul unui repertoriu de alternative cunoscute, care este la îndemâna capacității calculatoarelor. Inclusiv teoreticienii "inteligenței artificiale" sunt de acord că, în sens strict, "creația" este o activitate exclusiv umană.

Creația este ceva care, venind dintr-un tărâm necunoscut, sare în calea creatorului. Creatorul o recunoaște și-i dă formă în planul psihic convențional.

Acest "tărâm necunoscut" este ceea ce vom numi aici câmpul absolutului sau realului numit de Jung "Sine". Orice ființă umană are, într-o măsură mai mare sau mai mică, acces la acest tărâm prin intermediul "chakrelor" care sunt ca niște ferestre în psihe, acoperite doar de vălul subtil al "sattwa" dar care pot fi întunecate de perdelele groase ale "rajas" și "tamas".

Când creatorul "dă formă" în "planul convențional" la ceea ce provine din tărâmul absolutului, o face utilizând energia "tamas" și "rajas" sau o combinație între cele două, care este modul echilibrat.

Lăsând la o parte cazurile singulare de genialitate creatoare care pot servi de demonstrație dar nu sunt starea obișnuită a psihe-ului, și rămânând la nivelul uman mediu, activitatea acestei "chakre" este cunoscută prin iradierea către energia "tamas" ca *imaginație* iar când se întrupează din

energia "rajas", ca *planificare.*

O folosire neadecvată a imaginației, ca de exemplu acceptarea de material simbolic fals, perturbator de echilibru sau negativ, blochează această chakră dinspre "tamas". Învățătura falșilor maeștri sau acceptarea de doctrine greșite are acest efect. Dar trebuie înțeles că nu ne referim la aspectul mental sau logic al acestor doctrine sau învățături, ci la aspectul simbolic care activează într-un plan psihic mult mai inconștient.

Pe de altă parte, un exces de "planificare" de a dori să ții sub controlul ego-ului evenimentele viitoare, teama de a "lăsa ceva la întâmplare", mișcă energia "rajas" astfel încât produce blocaje în chakra "swadisthana".

• ***Nabhi chakra***. În interiorul spațiului psihic, acest punct generator de dimensiuni calitative produce sentimentul interior de *satisfacție* (a se simți apărat, în voie). La toate aceste "calități" pe care le comentăm, nu e vorba de o idee codificată în minte, ci de un sentiment profund de bunăstare în relație cu mediul.

"Sănătatea psihologică" în acest punct se exprimă într-o formă pozitivă de înterpretare și acceptare a aspectelor mediului relaționate cu protejarea noastră psihofizică. De exemplu, posedarea de bani sau de bunuri materiale și forma în care ne aflăm în relație cu ele. Persoanele care ne îngrijesc și ne sprijină, precum familia în general relațiile matrimoniale (nu în aspectul sexual, ci în cel de relație familială), munca și relațiile de muncă etc.

Invers, o atitudine greșită în aceste domenii blochează chakra și întunecă sentimentul interior de bunăstare.

• ***Anahata chakra***. Trăirea interioară pe care o produce această chakră din profunzimea psihicului, este *siguranța.*

E vorba de unul din aspectele cele mai importante în structura psihe-ului. După învățătura ***Sahaja Yoga***, apariția "Sinelui" (sau eul adevărat) e susținută de energia acestei chakre sau, altfel spus, din acest aspect sau "loc" al psihe-ului va înflori Sinele pentru a inunda conștiința.

Aspectul "tamas" care înconjoară chakra este armonizat cu rezonanța psihică a trăirilor pe care subiectul le-a elaborat în relație cu *mama* naturală sau persoana care ar juca acest rol. Aspectul "rajas" funcționează în mod echivalent în legătură cu *tatăl.*

Numai un echilibru perfect în aceste relații și un sentiment adecvat în fiecare din aspectele "tată-mamă" (rajas-tamas) poate permite ca atenția să aducă în fața conștiinței prezența energiei "sattva" care, în această chakră, se modulează ca *siguranță.*

Dezechilibrele produc lipsă de siguranță și declanșează puternice efecte

concomitente în alte chakre și simptome psihice pe care psihologia convențională le etichetează drept nevroze (sau psihoze în cazurile mai grave). De fapt, o bună parte a teoriei psihologice referitoare la nevroză (în special teoria psihanalitică) s-a axat pe problemele derivate din dezechilibrele acestei chakre.

Spațiul redus de care dispunem aici nu ne permite aprofundarea formei în care multe descoperiri ale psihologiei analitice referitoare la legăturile psihice cu mama și tatăl, sunt explicate de teoria asupra chakrelor, după cum rezultă din învățătura lui ***Shri Mataji***. Obiectivul acestui mic rezumat este de a oferi o panoramă generală dintr-o perspectivă occidentală.

• ***Vishuddhi chakra***. Calitatea percepută atunci când funcționarea sa e corectă (adică atunci când energia "sattwa" este cea care se prezintă conștiinței) se poate descrie ca *sentiment de ființă colectivă*, de depășire a individualității și conștiință a unității cu Omenirea ca întreg.

Situația inversă (de identificare sau "atașament" la propria personalitate și la propria imagine), care apare când chakra nu este eliberată de presiunea lui "rajas" și "tamas", este predominantă în ființa umană medie; de aceea, această stare de "identificare" este considerată ca "normală", iar o viață condusă de principiul de "unitate" și "colectivitate" și detașarea de propria imagine individuală ca și de rezultatul propriilor acțiuni ne apar ca insuportabile, sau specifice doar sfinților ori asceților.

Un exemplu ilustrativ de identificare, asupra căruia s-au făcut multe studii, este posedarea sau mai bine zis conducerea unui automobil. Este cunoscută transformarea care se produce în personalitate atunci când șoferul se află la volanul unui automobil. Rezultatul este diferit, după cum e vorba de o utilitară sau de un bolid sportiv, de o mașină mare sau mică etc., dar în oricare dintre cazuri, semnificația vehiculului e absorbită de către ego, iar o persoană pașnică în mod obișnuit, se poate transforma într-un maniac capricios și agresiv.

Același fenomen de identificare se produce și în cazul unor "roluri" sociale, relații personale, apartenențe la grupuri (națiuni, rase etc.), posesiuni, și se manifestă cel mai adesea prin identificare cu propriul corp, cu rezultatul acțiunilor proprii.

Aceste fenomene de identificare nu sunt altceva decât blocaje ale chakrei Vishuddhi provenind de la energia psihică "rajas" sau "tamas". Când există un puternic dezechilibru către "rajas", impactul psihic produs poate fi descris ca "aroganță". Să nu uităm că "rajas" e o energie care proiectează psihicul către acțiune, către succese și către viitor. Identificarea cu aceste "succese" (reale sau imaginare) este cea care produce această modulare calitativă pe

care, la modul general, o numim "aroganță". În "tamas" fenomenul de identificare este similar, dar acum e trăit din perspectiva fricii și a insecurității. Rezultatul acțiunii (acțiunea noastră) nu poate fi gustată, căci profunda identificare ne împiedică să înfruntăm faptul și să-i dăm o soluție deschisă; preferăm s-o păstrăm în psihic producând astfel presiuni asupra chakrei Vishuddhi dinspre "tamas". Această stare se trăiește interior ca *vină*. Multă lume trăiește cu puternice sentimente de vinovăție care acționează în mod inconștient. În general "culpabilitatea" se confundă cu "responsabilitatea" și foarte puțini oameni, în cultura noastră, care este o cultură ce învinovățește, pot înțelege profunda diferență psihologică care există între aceste două concepte. După ***Shri Mataji***, suntem complet răspunzători de ceea ce suntem și facem dar, insistă dânsa, niciodată nu am fost și niciodată nu vom fi vinovați de ceva.

• ***Agnya chakra.*** Calități ca *iertarea* și derivatele sale, *compasiunea* și *non-violența* sunt produsele acestui modulator calitativ al psihe-ului atunci când funcționarea sa nu este stânjenită de energii perturbatoare.

O caracteristică importantă în legătură cu această chakră, în conformitate cu învățătura ***Sahaja Yoga***, este legătura sa cu fluxul gândurilor. Gândurile sunt produse ale interacțiunii "rajas-tamas". Ele constau în imagini sau cuvinte și le-am putea numi "obiecte mentale". Sunt utile pentru acțiune și creierul le manevrează așa cum un computer manevrează materialul conținut în memoria sa informatică. Dar aici se încheie funcția sa. În schimb ne-am obișnuit să le privim ca intermediari între univers și conștiință. Adică, în loc de a fi conștienți de ceea ce se întâmplă realmente (în prezent), suntem conștienți de traducerea mentală (în formă de gânduri) a fenomenelor reale. Din această cauză, tot ceea ce apare în fața conștiinței (adică gânduri) poartă o încărcătură mai mare sau mai mică de "tamas" și "rajas" (trecut și viitor). O discuție asupra acestei probleme ne-ar putea duce foarte departe; de aceea ne vom limita la a semnala puternica obișnuință de a confunda realul cu gândurile până într-atât încât o stare *fără gânduri* este imaginată ca foarte asemănătoare unei stări de "stupoare" sau "inconștiență". Faimoasa frază "gândesc, deci exist" este o fraudă în măsura în care conduce la o confuzie sofistă, doar dacă nu se acceptă și: "exist și sunt conștient de asta (în realitate, mai conștient) și atunci când nu gândesc".

Dorim să atragem atenția că prin "real" aici înțelegem sensul trivial al cuvântului și nu cel considerat când îl identificăm cu "absolutul". În acest context, realul se referă la fenomene pe care le percepem în starea de veghe și care, așa cum am spus cu alte ocazii, sunt tot energie psihică, dar nu în mod necesar "gânduri".

Când agnya chakra funcționează corect, gândurile parazitare (șiruri automate interminabile) sunt absorbite și experiența este aceea de *pace*.

"Resentimentul" izvorât dintr-un blocaj al agnyei nu este decât un element negativ crescut într-un amestec de gânduri (în mod logic, și ele negative). A reuși să depășești resentimentele (adică să ajungi la "iertare"), într-un context de gânduri, este ceva foarte dificil și instabil, deși este recomandabil a fi încercat căci deblochează agnya și favorizează starea fără gânduri, unde este posibilă adevărata "iertare".

• ***Sahasrara chakra.*** În interiorul "spațiului psihic" acest punct se situează la granița cu *dincolo de psihe* la care ne-am referit ca fiind domeniu al absolutului, adevărului, realului.

Incidența acestui "tărâm al realului" în plan psihic prin intermediul acestui punct, are o proprietate "integratoare". Toate celelalte calități și energii de care am vorbit în acest capitol sunt armonizate și pregătite pentru saltul final al evoluției.

Conform învățăturii lui ***Shri Mataji***, omenirea, ca entitate colectivă, se află acum (în aceste timpuri) în pregătirea accesului său psihic la această calitate care abia foarte recent a fost "trezită" în mediul inconștientului colectiv.

❖❖❖

Calitățile pe care le-am descris posedă, fiecare nuanțe și variații și, așa cum am spus la început, există, altele (alte "vârtejuri" generatoare de stări calitative) de mai mică importanță și de care nu ne vom ocupa pentru a nu lungi excesiv acest capitol.

Aceste "calități" sunt proprietăți ale psihe-ului și pot fi "trăite" cu influențe diverse de "tamas" și "rajas" în multiple combinații, generând astfel infinita varietate de posibilități experimentale ale ființei umane.

Unele din aceste combinații se cristalizează în figuri care sunt utilizate în mod repetitiv de către psihicul individual și pe care le-am putea numi *arhetipuri*. Jung a descris câteva dintre ele (mama, copilul, eroul, etc), dar ulterior au fost descrise multe altele și de alte curente psihologice contemporane.

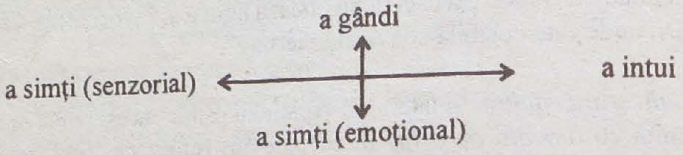
Privitor la "calitate", Jung descrie o structură relativ complexă constituită de "funcțiile psihe-ului" care se obișnuiește a fi reprezentate într-o schemă ca următoarea:

După Jung, fiecare persoană dispune de cele patru funcții în psihe; dar normal este ca doar una din ele să fie dominantă (*funcția diferențială*) și cea care furnizează activității conștiente, direcția și calitatea.

În afară de cele patru funcții, Jung ia în considerare direcția pe care

"energia psihică" obişnuieşte s-o adopte pe o temă dată şi care poate fi către interior (introversiune) sau către exterior (extroversiune).

Produsul celor două direcţii ale energiei prin cele patru funcţii ale psihicului dă naştere la opt categorii sau posibilităţi pe care Jung le-a numit *tipuri psihologice* şi care sunt descrise într-una din operele sale fundamentale.



Cele două direcţii ale energiei (introversiune-extroversiune) se identifică uşor cu caracteristicile celor două stări ale "materialului psihoenergetic" pe care le-am numit "tamas" şi "rajas" (introversiunea indică predominanţa lui "tamas", extroversiunea o mai mare prezenţă de "rajas").

Cât despre "funcţii", şi ele sunt aspecte de "rajas" şi "tamas". Dacă observăm cele patru "funcţiuni" ale lui Jung, vedem că le putem clasifica în două categorii.

Pe de o parte se întâlnesc funcţiuni de tip *perceptiv* sau senzitiv al naturii unui mediu:

◗ Funcţia *a simţi (senzorială)* are un caracter evident perceptiv căci este vorba de captarea stimulilor "lumii exterioare" în faţa simţurilor corporale. Este orientată către "exterior" şi aparţine câmpului de "rajas".

◗ Funcţia *a simţi (emoţională)* este paralelă cu cea anterioară dar mediul în care acţionează este "interiorul". Adică ea se ocupă cu perceperea stării "lumii interioare" şi semnalează rezultatele sale prin intermediul emoţiilor; în mod logic e vorba de o funcţie a energiei "tamas".

Celelalte două funcţii au un caracter *cognitiv*:

◗ Funcţia "cognitivă" în "rajas" se numeşte *gândire* adică folosirea "calculatorului mental". La un subiect la care aspectul de rajas este dominant vom întâlni atitudini rigide, idei fixe, fanatism şi tendinţa spre austeritate şi ascetism.

◗ Funcţia echivalentă în "tamas" este *intuiţia* în care-şi are izvorul această "cunoaştere imediată", generalizatoare, care uneori pare "magică", dar care, de asemenea, în situaţii extreme (morbide), poate conduce la stări halucinante cu care se confundă noţiunea de real.

Evident, fiecare subiect dezechilibrat (ne-sattwic) participă într-o măsură mai mare sau mai mică la aceste alternative psihice, putând prezenta inclusiv un tablou "oscilant" în care, într-unele situaţii predomină una din ele, iar în altele predomină cea de semn opus.

3. Ego-ul

Toţi suntem conştienţi de faptul că "suntem" adică "existăm", "suntem aici". Acest lucru nu necesită nici o demonstraţie teoretică, este o experienţă evidentă a fiecăruia.

Dar acest sentiment de "a fi" nu este singur. În realitate el este asociat în mod absolut şi aparent indisolubil cu alte două trăiri care par la fel de certe şi care sunt:

◆ ***Eu*** sunt. Adică fiinţa mea este diferenţiată şi există alte fiinţe (euri) diferite de al meu.

◆ Eu sunt ***ceva.*** Ceea ce înseamnă că eu sunt ceva concret, pe care-l pot descrie (cu atribute de personalitate sau fizice, etc.).

O discuţie asupra diferenţelor între sentimentul sau trăirea "fiinţei" şi perceperea "eului" (ca fiind conştiinţa de diferenţiere) nu a fost un subiect care, în general, să-i preocupe pe psihologi şi care să se fi menţinut în terenul speculaţiei filozofice teoretice. Şi totuşi aceasta este o distincţie strict necesară pentru înţelegerea mecanismului psihoenergetic uman, a ceea ce îl dezechilibrează şi-l îmbolnăveşte şi a ceea ce îl poate conduce din nou la sănătate.

În psihologia jungiană se stabileşte un anumit tip de diferenţiere. Se diferenţiază "ego"-ul (care la rândul său se divide într-o parte conştientă şi una inconştientă – "umbra") "Sinelui" (Selbst), care se consideră adevăratul Eu şi care tinde să apară în a doua parte a vieţii. "Ego"-ul este un "arhetip", adică o structură sau formaţiune în psihe, iar subiectul se identifică cu el. Dacă "ego"-ul nu s-a cristalizat în exces în prima parte a vieţii, el rămâne susceptibil de a permite trecerea la "Sine" când acesta începe să se ivească. În situaţia ideală, "ego"-ul se va dizolva în "Sine" care va ocupa conştiinţa ca o autentică realitate de sine. Când "Sinele" începe să apară în conştiinţă, el se anunţă acesteia prin anumite perturbări şi pot apărea unele simptome care produc subiectului stări de disconfort psihic, ca "dezorientarea" sau "angoasa", prin pierderea şi distrugerea de valori interne. În realitate e vorba de valorile "ego"-ului care trebuie să cedeze locul celor ale "Sinelui" înrădăcinate în profunzimea Fiinţei. Dacă "ego"-ul se încăpăţânează să-şi păstreze locul, se va crea un conflict de energii care poate sfârşi într-o nevroză sau chiar o psihoză. Într-o formă elementară şi schematică acesta

este mai mult sau mai puțin punctul de vedere jungian asupra problemei de care ne ocupăm aici. În "filosofia-psihologia" orientală (a Indiei) nu există o mare diferență față de acest mod de a vedea lucrurile. Se menține o distincție clară între "ego" (Ahamkara), care este o funcție a psihe-ului și "Sine" care, aici, se numește "spirit" și despre care se vorbește diferit, după gradul său de împlinire sau puritate. Se folosesc cuvintele "jiva", "atman" și "brahman" după planul avut în considerație.

În cele două sisteme (cel jungian și cel oriental) procesul constă în a trece de la starea ***eu sunt ceva*** care este starea "ego"-ică în care trăiește omul mediu, obișnuit, la starea ***eu sunt spiritul*** (sau "Sinele") în care "eul" limitativ am putea spune că dispare, căci dobândește dimensiunea infinită a spiritului care este aceeași cu dispariția, de vreme ce în experimentarea spiritului nici "tu" nu există. Conform învățăturii tradiționale a Vedantei, "spiritul" este "Ființa" pură, motiv pentru care cele trei componente inițiale se contopesc în una singură.

De asemenea, în viața de zi cu zi, cele trei componente ale expresiei "eu sunt ceva" se experimentează într-o formă unitară, ca o "singură experiență" și, de aceea, a le trata separat înseamnă o tentativă analitică teoretică și artificială. În realitate orice analiză e artificială. Am afirmat deja că este o calitate a aspectului "rajas" al psihe-ului, adică zona unde se elaborează limbajul și orice activitate mentală de compartimentare, relaționare și computerizare care este stilul poziției cognitive pe care se bazează știința precum și ideile pe care am dorit să le dezvoltăm aici.

Pare a fi unanim acceptat de către psihologi faptul că la naștere, copilul are o ***conștiință oceanică*** numită și ***protoplasmatică*** (Piaget) sau ***pleromatică*** (Wilber și alții) sau în alte moduri pe care nu este necesar să le menționăm, căci ceea ce interesează este ideea comună că în acest stadiu ***nu există un "eu" diferențiator***.

De exemplu, Loevinger comentează: "Nu putem considera că la naștere copilul are un ego. Prima sa funcție constă[1] în a învăța să se diferențieze de ceea ce îl înconjoară".

Totuși, nu se poate spune nici că el este "inconștient". Este conștient de succese și, ca atare, este conștient de "a fi" chiar dacă nu este o ființă nediferențiată, nelimitată și solitară. După cercetătorul jungian Neumann aceasta este[2] "etapa pleromatică de perfecțiune paradisiacă a fătului" la care Wilber, pe care l-am citat anterior, adaugă: "Trebuie avut în vedere că aceasta

(1) J.Loevinger, "Ego development" ("Dezvoltarea ego-ului"), Jassey-Bass, San Francisco, 1976.

(2) E.Neumann, "The origin and history of consciousness" ("Originea și istoria conștiinței"), Princeton University Press, 1973.

este o perfecțiune prepersonală și nu transpersonală. Este, în realitate, un fel de paradis primar de inocență și ignoranță, care precede "căderea" în autoconștiință. Acest stadiu nu trebuie să se confunde cu paradisul transpersonal al superconștiinței. Unul este "pre" iar celălalt "trans", iar diferența între cele două o constituie totalitatea ciclului vital al conștiinței"[1].

În termeni de ***Sahaja Yoga*** am putea spune că în momentul nașterii, Muladhara chakra comunică psihe-ului un curent de inocență și puritate. Aspectul "rajas" încă nu-și exercită influența asupra psihe-ului care are drept bază "sattwa" (care dă bucuria de a fi) și "tamas" (care conține impulsurile mecanice, vegetative și de unde probabil se articulează sentimentul "oceanic" căci în "tamas" e conținută moștenirea primogenică a speciei, "subconștientul colectiv"). Tot aici se întâlnește geneza a ceea ce vom numi în continuare "arhetipul Mamei Primordiale". Desigur, nu este forma egoistă și dualistă cu care înțelegem acum conceptul (pentru a exista o "mamă" e nevoie să existe "un fiu"), ci este esența însăși a energiei psihice. Mama este totalitatea psihică ce-l include pe subiectul însuși în această etapă și, cu mici diferențe, în etapele imediat următoare.

Mai departe vom reveni asupra câtorva aspecte de interes, referitoare la evoluție; deocamdată dorim numai să relevăm că experiența lui "a fi " nu este însoțită la început de experiența "eu"-lui.

"Eul" se constituie pe măsură ce energia "rajas" își face apariția în psihe. "Lumea exterioară" se cristalizează și începe să se stabilească o diferențiere între ***propriul organism*** care, în termeni de energie psihică, corespunde unei părți din psihe și ***restul lumii*** care, am spus deja, este altă parte a psihe-ului. Funcția separatoare este îndeplinită de un mecanism pe care în mod normal îl numim "ego" ("ahamkara" în sanscrită).

Trebuie să subliniem faptul că "eu" este un cuvânt care e susceptibil de confuzie, de vreme ce uneori tinde să se identifice cu "ființa" iar alteori cu "ego"-ul. Când se folosește deci acest cuvânt, el are întotdeauna sensul de indicare a separării sau a diferențierii (ca să existe un "eu" trebuie să existe un "tu") pentru care este sinonim cu "ego". Să observăm că separarea se face în energia psihică (totalitatea psihoenergetică) a subiectului, și de aici un mecanism asociat aspectului "rajas" al energiei.

Deși "ego"-ul începe să se formeze chiar de la nașterea subiectului, "conștiința de sine"– adică, faptul că subiectul ***își dă seama*** în mod mental (se integrează în sistemul său de concepte) de faptul că este "un eu" (o ființă care există ca "eu") – nu se produce până mai târziu (șapte ani mai târziu). Pentru unii subiecți este o experiență de neuitat, pentru alții"– trece neobservată.

(1) R. Wilber, "El proyecto Atmen" ("Proiectul Atman"), Kairos, Barcelona, 1989.

Deşi "ego"-ul este o funcţie demarcatoare (care stabileşte frontiere), în interiorul psihe-ului, iar impulsul său provine din "rajas", asta nu înseamnă că ceea ce "ego"-ul traduce prin ***ceea ce sunt eu*** este alcătuit doar din elemente psihice de natură "rajasică". Se poate întâmpla ca un subiect cu un "ego" foarte rigid şi cristalizat (cu graniţe întărite) să-şi hrănească atenţia interioară cu energia depresivă "tamas" şi să fie un "egoist deprimat". Cum ştim, imaginea populară a "ego-ului umflat" este aceea care prezintă nu doar o puternică diferenţiere (autoafirmare) ci şi caracteristicile personalităţii "rajas", ca de exemplu aroganţă, ambiţie, dorinţă de putere, atitudine excesiv mentală, materializarea ambientului, manipulare etc. Dar chiar o persoană care în mod normal se arată aşa, poate cădea în mod sporadic sau permanentă în "tamas" (este, de fapt, ceea ce se întâmplă în mod normal).

Este totuşi evident că ego-ul, ca funcţie, este orientat către viitor (ceea ce este tipic "rajasic") şi probabil acesta este sensul său utilitar în jocul vieţii. De aceea, unii autori numesc ego-ul ***eu idee*** şi îi asociază un ***eu ideal*** ca element dinamizator care îndeamnă spre viitor (pentru a reuşi să atingă idealul). Aşadar, putem spune că "ego"-ul nu numai că parcelează psihe-ul pentru a defini opoziţia "eu-celălalt", dar o face şi pentru a ne îndemna fără încetare către scopuri pe care "ego"-ul le consideră necesare pentru propria sa afirmare şi consolidare.

Spunând aceasta "ego"-ul apare ca fiind un personaj straniu care ne posedă şi ne târăşte spre scopurile proprii, foarte diferite de scopurile noastre adevărate. Dar în realitate "ego"-ul este o simplă funcţie a psihe-ului, fără nici o altă intenţie decât aceea de a "funcţiona" în conformitate cu legile sale. "Fiinţa" – acest sentiment de a exista, de a fi aici şi de a fi reali, pe care-l menţionam la început – este o palidă reflectare a "Sinelui" în energia psihică, cel ce dă "sens" (conştiinţă) întregului mecanism. Reflectându-se în totalitatea psihoenergetică, rămâne prinsă în cercul diferenţiator al "ego"-ului, şi nu numai că se identifică cu ceea ce se află acolo înăuntru, dar consideră că strălucirea sa indistructibilă provine de "dincolo", de "dinăuntru şi din afară", de dincolo de psihe, din tărâmul divin al adevărului şi realului.

Shankara, unul din marii maeştri filosofi ai Indiei, ilustrează toate acestea prin următoarea metaforă:

"Nu se naşte, nici nu moare (Fiinţa); nu creşte, nici nu îmbătrâneşte; fiind eternă nu suferă nici o schimbare. Nu încetează să existe atunci când corpul se dezagregă în componentele sale şi dispare. La pătrunderea în acest univers şi fiind independentă de el, nu suferă nici o alterare, aşa cum se întâmplă cu spaţiul după distrugerea ulciorului care îl conţinea."[1]

(1) Shankara, "Vivekachudamani", Ed. Vision.

Adică "Fiinţa", la reflectarea în psihe (în aspectul "rajas-tamas" sau "sattva"), se transformă în ***sunt ceva***, dar fiind în apropierea "ego"-ului în substanţa psihică, trece la stadiul diferenţiat de ***eu sunt ceva***. Şi în acest ***ceva*** limitat de ***eu*** se desfăşoară drama vieţii. Când ***ceva***-ul se purifică (se transformă în "sattwa") "sunt" stă faţă în faţă cu realitatea propriei sale "Fiinţe" (nu mai este "ego" confundat cu restul, şi se transformă în "Sine"); atunci "eul-ego" (rajas) şi memoria (tamas) rămân în echilibru perfect în alt plan, accesibile pentru Sine dar independente, unelte de lucru pentru a transporta corpul prin viaţă, dar au încetat de a mai fi obiect de identificare.

Această transformare este "sensul vieţii" şi, până nu se produce, "eu sunt ceva", pe care-l vom numi pe scurt "ego", va continua să perpetueze dezechilibrul încercând să găsească satisfacţia în scopuri imaginare create de "rajas" într-un viitor repetabil la infinit, căci dacă se atinge ţelul, satisfacţia care se aştepta, se dezumflă ca un balon şi se iniţiază cursa către un alt scop ceva mai îndepărtat.

Cum siguranţa nu vine "dinăuntru" (căci "înăuntru" există doar conflictul "rajas-tamas" în permanentă oscilaţie şi dezechilibru), rezultă că trebuie căutată "în afară". Dar ce e "în afară" este ostil pentru că este "celălalt" şi "ego"-ul găseşte astfel justificată întărirea barierelor sale, amplificarea sa, devenind şi mai dur, rigid şi impermeabil. Cu toţii cunoaştem că acest proces este cel ce duce la anxietate şi la depresie, la violenţă faţă de ceea ce ne înconjoară şi faţă de noi înşine, la rivalitate şi frustrare, în sfârşit, la nefericire şi nemulţumire.

4. Structura unui conflict

Viața omenească pare să se desfășoare sub semnul conflictului. Acest conflict a stat la baza multor drame, dar și comedii. Tragedia greacă, Goethe, Shakespeare, suprarealismul etc. S-ar putea spune că lucrarea omenească din toate domeniile este lupta contra conflictului. Părem a fi în contradicție cu natura pe care încercăm să o "cucerim" dar, în mod paradoxal, ceea ce facem este s-o anihilăm. Alte ființe umane se ambiționează în același sens cu noi, fapt pentru care luptăm contra lor, asasinând și generând între noi ură și distrugere. Dar, în același timp ne simțim în contradicție cu noi înșine. Ne întrebăm despre sensul vieții noastre, căci știm că toate ambițiile, luptele, temerile și iluziile noastre vor sfârși în neantul aparent al morții.

S-au căutat căi de soluționare, desigur, în materialul care era la dispoziție. Acest material nu putea fi altul decât "materialul psihic" de vreme ce totul trece pe aici.

În occident, acolo unde psihe-ul colectiv este foarte dominat de aspectul "rajas", drumurile care s-au deschis sunt de tip mai mult mental adică analitice, organizatorice, clasificatoare și controlabile de către ego. Tipului de "credință" predominantă îi spuneam ***știință***. În orient, influența energiei "tamas" este mult mai mare și ca atare, a fost mai mare și tendința către introspecție și introversiune, adică atenția s-a îndreptat mai mult către psihicul propriu-zis (acel aspect al psihe-ului pe care-l denumim "înăuntru" sau lumea interioară, în vreme ce "știința" se ocupă mai mult de aspectul îndreptat înspre "în afară"). Credințele despre natura adevărului se configurează în doctrine numite ***misticism***, iar căilor de soluționare a conflictului li se spune ***yoga***.

Sahaja Yoga, tocmai pentru că folosește cuvântul yoga în denumire, apare ca fiind mai apropiată de orient decât de occident și chiar așa și este până la un anumit punct. Cum conflictul este de natură psihică și soluția tot așa trebuie să fie. Psihicul a fost obiectul primordial al atenției acolo unde, în mod evident, se află mai aproape de soluții. Problema este că atunci când această direcție (introspecția) este dominantă și lipsește orice fel de rigoare, metodă de control și scepticism rațional, nu este dificil să cazi în superstiție, autoînșelare și credulitate ignorantă. De asemenea nu e vorba de a da un lustru "științific" anumitor credințe mistice (sau pseudomistice cum se pot

întâlni în anumite secte și la "maeștri" faimoși ai vremurilor noastre) traducându-le în limbajul fizicii sau al ciberneticii. Așa cum se întâmplă întotdeauna, nu este vorba de "unul sau celălalt", ci de faptul dacă se află în poziții de echilibru unde se întâlnește dinamica "înălțării" și a "creșterii". Punctul comun între atitudinea omului de știință obiectiv occidental și filozoful mistic oriental se poate descrie în două cuvinte: ***bun simț*** și ***pragmatism***.

A nu se confunda ***bun simț*** cu "raționalism" care nu este "aplicația rațiunii", ci mai curând folosirea "logicii calculatoarelor" care necesită codificări (adică "obiectivări") prealabile. "Rațiunea", calitate umană echivalentă cu "bunul simț" provine din aspectul "sattva" al psihe-ului, în schimb "raționalismul" care obiectivează este tipic "rajas".

Cu ***pragmatismul*** de asemenea se pot produce confuzii semantice. Uneori se spune despre un înalt conducător al unei mari întreprinderi că este "pragmatic" căci, pentru a reuși să-și satisfacă ambițiile personale sau să fie de acord cu exigențele la fel de egoiste ale întreprinderii pe care o slujește, este în stare să fie absolut insensibil la orice fel de sentiment etic, afectiv sau emoțional și poate înlătura orice obstacol care i se opune pentru a realiza, asemeni unui mecanism, cu maximă eficiență, obiectivul programat. Dacă a fost înțeles ceea ce am expus în paginile anterioare se va observa că și acesta este domeniul psihic "rajas". A fi pragmatic în sensul "sattwa" înseamnă "să fii în prezent" și să acționezi din "prezent" adică să înfrunți ceea ce este așa cum este, fără justificări provenind din obiective "rajas" și fără autoînșelări derivate din condiționări "tamas". A fi pragmatic înseamnă a fi "limpede" cu sine însuși și "deschis" cu ceilalți. Rezultatele acțiunii sunt acestea dar, deși suntem responsabili de ele, le putem judeca cu imparțialitate (nu cu insensibilitate). Pe scurt, ***a fi pragmatic înseamnă a acționa cu bun simț***.

Această propunere de bun simț și pragmatism este recomandarea pe care ***Shri Mataji*** o face persoanelor care încep să cunoască ***Sahaja Yoga.*** Să fii deschis, să nu judeci prin prisma propriilor prejudecăți, să observi rezultatele cu imparțialitate, să vezi dacă ceea ce se spune și ceea ce se face precum și ceea ce se obține experimental are o coerență internă. Credem că această perspectivă este una pornită dintr-o poziție științifică.

Dar întorcându-ne la ceea ce am numit ***conflictul uman*** și care este tema acestui capitol, am punctat deja câteva aspecte din structura sa în capitolele anterioare și dorința noastră este de a le completa pentru a schița o imagine generală. Vom începe prin a trece în revistă foarte schematic ceea ce am expus până aici.

Orice trăire este de natură psihică

Nu numai experiențele "interne" de tip mental sau emoțional, ci și

rezultatul percepției senzoriale a lumii externe.

Psihicul individual este un "aspect" al psihe-ului colectiv

Spunem "aspect" și nu "parte" căci nu vrem să dăm impresia a ceva care se divide în bucăți separate. Știm că există conexiuni între psihe-ul unor subiecți diferiți, există "curenți psihici" împărtășiți, există o ***mulțime*** de fenomene care demonstrează că psihe-ul unui subiect nu este un compartiment închis, mai curând se pare că fiecare subiect "înoată" într-o mare energetică comună și utilizează – în conformitate cu propria sa organizare și cu momentul – diverse aspecte ale acestei energii.

Există un plan al adevărului și realului "în afara" psihe-ului

Cum se află în afara psihe-ului, nu ni-l putem imagina și nici descrie. Orice concept este lipsit de sens să fie aplicat acestui plan. Din psihe nu pot fi percepute în același mod decât lumea și conștiința pe care o posedăm și trăim când suntem în stare de veghe (în "planul de veghe"); percepția nu e posibilă când dormim, când visele recreează altă lume (în "planul somnului") care de asemenea pare totală și atotcuprinzătoare. Desigur, nu este ceva care să poată fi demonstrat în cuvinte și trebuie considerat ca o ***ipoteză de lucru.*** Nici măcar subiecții care au avut "experiențe excepționale" (iluminare sau viziuni) nu ne pot asigura că au perceput realmente acest plan și nu alte planuri elevate ale psihe-ului. Vom numi această dimensiune (sau "nedimensiune" pentru a fi mai corecți) ***plan al adevărului*** sau ***plan divin absolut.***

Într-un anume fel am putea spune că psihe-ul este un fel de "distorsiune" a acestui plan. În teoria lui Jung reprezentantul individual al acestui plan este așa numitul "Sine" (Selbst).

Substanța psihică are trei aspecte sau calități de bază
pe care le numim "rajas-tamas" și "sattwa".

Nu considerăm necesar și insistăm asupra sensului acestor concepte și trebuie avut în vedere că sunt aplicabile atât psihe-ului individual cât și celui colectiv.

Planul adevărului poate ajunge la psihe prin intermediul "sattwa"

Adică, conștiința noastră care e conștientă de stări psihice poate primi semnale din "planului adevărului" dacă atenția internă se poate concentra în această stare a energiei psihice (sattwa) și nu este oscilantă între "rajas" și "tamas".

Când "planul adevărului" se reflectă în "sattwa" o face
dând naștere la modulații sau calități diferențiate.

Am numit acești centri modulatori "chakre" și am explicat pe scurt calitățile pe care le generează fiecare, ca și forma în care se percep blocajele "chakrelor".

Psihicul are o funcție "diferențiatoare" destinată a ne prezenta
o parte din ea însăși ca fiind "noi înșine", iar pe restul ca fiind "celălalt"

Am numit această funcție "ego" și am spus că e construită cu material "rajas", adică energie de impulsionare către viitor.

Până aici, foarte schematic, acestea au fost ideile pe care le-am prezentat până acum. După ele "conflictul" se produce pentru că datorită oscilării "rajas-tamas" acțiunea noastră în viață este greșită, ne identificăm cu ea și creăm o contracție internă care blochează chakrele, și ca urmare, perceperea "planului adevărului" se face mai greu (crește obscuritatea interioară și autoînșelarea) iar greșeala se reproduce sporită etc.

Dar ar trebui să ne întrebăm: ***Care este sursa acestei oscilări? De ce nu e posibil ca atenția să fie hrănită în permanență de aspectul "sattwa" și, ca atare, de "planul adevărului"?*** Pentru a răspunde la această întrebare trebuie să introducem două concepte pe care nu le-am menționat până acum. Este vorba de:

1. "Forța motrice" a conștiinței care în tradiția filosofică a Indiei primește numele de energia ***Kundalini***.

2. O falie sau discontinuitate în calea "sattwa" pe care o vom numi ***"Vidul".***

Oricine se arată interesat de cultura orientală și de metodele de creștere interioară, va întâlni, fără îndoială, conceptul de ***energia Kundalini***. Este descrisă ca o energie foarte periculoasă pentru psihe (poate declanșa nebunia) și chiar pentru organismul fizic, dar în același timp, ca ceea ce ne poate duce la atingerea unor planuri superioare de conștiință. Totul depinde de nivelul de pregătire adecvat și de existența unui maestru autentic care să-l poată conduce pe discipol pe drumul corect al trezirii acestei energii.

Modul în care ***Shri Mataji*** descrie această energie este diferit. E vorba de ceva natural și ca orice este natural, este inofensiv și pozitiv dacă i se permite să acționeze în forma care-i este proprie, adică, ***în mod spontan.*** Orice funcție a organismului devine periculoasă dacă este forțată să iasă din contextul pentru care a pregătit-o Natura.

Energia "Kundalini" s-ar putea defini, în terminologia folosită aici ca o "reprezentare energetică a *planului Adevărului* în organismul psihic uman". Funcția sa este să alimenteze conștiința cu energia acestui Plan, pentru ca și conștiința să-l poată contempla. Drumul până la conștiință trebuie să-l facă, desigur, prin intermediul "sattwa".

Dar ar trebui să spunem că "nivelul" energiei care permite "contemplarea"

planului trebuie să fie în acord cu nivelul "purității" planului psihic care se contemplă. Dacă există un bun echilibru "rajas-tamas" în psihe, atunci "sattwa" poate apărea în fața conștiinței până la reflexe ale "planului adevărului"; în acest caz, energia care ilumineză conștiința poate fi "Kundalini" de vreme ce este corespondența energetică în psihe a acestui plan.

Trebuie observat că toată structura pe care o descriem nu este altceva decât o inter-relație ***conștiință -energie***. Conștiința este "ființa", "martorul" sau cum dorim să-i spunem, acestei stări de "a-ți da seama" sau de "a fi conștient". "Ființa conștientă" este alimentată de "Kundalini", în stare pură în cel mai bun dintre cazuri, sau de versiuni atenuate sau deformate, care produc stări de conștiință mai sărace.

Energia este "acea parte de care ne dăm seama" adică "psihe"-ul sau "totalitatea psihoenergetică" și se poate întâlni, de asemenea, în diferite grade de "calitate" sau transparență în "planul adevărului", după intensitatea prezenței lui "sattwa".

Nivelul conștiinței și ***nivelul calității energiei*** (acela de care suntem conștienți) trebuie să fie de același ordin, nepotrivirile pot fi conflictive.

Un exemplu poate ilustra această idee. Când dormim și visăm (suntem în prezența "planului viselor") energia conștiinței cu care trăim în acest plan este conformă cu acest plan, de aceea putem contempla situații complet absurde și suprarealiste ca și cum ar fi lucrul cel mai natural din lume. Dar câteodată se întâmplă (multe persoane au avut această experiență) să ne dăm seama deodată că visăm. De exmplu ne dăm seama că persoana care ne vorbește este deja moartă și că nu se poate afla acolo, sau orice altă situație unde se manifestă "absurdul". Această stare s-ar putea interpreta ca și cum "energia" "planului de veghe" ar hrăni conștiința, dar noi continuăm să fim în "planul viselor" (de un nivel psihic inferior). Reacția în aceste cazuri este dorința de a evada din "planul viselor", adică *dorim să ne trezim* sau, ceea ce este același lucru, "să fim în planul de veghe". Și asta este ceea ce se întâmplă efectiv: "ne trezim". Dar am putea oare să ne imaginăm ce s-ar întâmpla dacă ar trebui să rămânem prizonieri în planul viselor", cu conștiința alimentată de energia de veghe? Ideea nu pare foarte atractivă.

Dacă acceptăm extrapolarea acestei idei la planuri superioare am putea să ne mai întrebăm: ce s-ar putea întâmpla dacă energia Kundalini, care este pentru conștiință energia celui mai înalt "plan" imaginabil (cel al "Adevărului"), s-ar prezenta aici în toată intensitatea sa deși dezechilibrele noastre, atașamentele nerezolvate, viciile, corupția etc. ne mențin legați de planuri foarte joase? Răspunsul nu este greu: ar fi o catastrofă.

Și aceasta este ceea ce se întâmplă în unele procedee orientate spre "ego" ân care energia Kundalini este agresată și forțată să se "trezească". Uneori,

așa cum se întâmplă în unele metode "tantrice", sistemul însuși are un aspect respingător și licențios. Atunci, ce se poate aștepta de la maeștri sau de la discipoli?

Dar există altă formă de a se pune în legătură cu energia Kundalini și aceasta este forma ***Sahaja Yoga.*** Aici energia este "invitată" să se "trezească" și să progreseze până la conștiință însă, fiind o mișcare spontană, pătrunderea sa în câmpul conștiinței este foarte treptată, foarte subtilă, se produce doar în măsura în care permite "curățirea" câmpului psihic. Ea se prezintă în conștiință și ne îndeamnă, foarte blând, să mergem un "pas mai sus", ne transmite "dorința" de a ne apropia de "Planul Adevărului" (trezirea în planuri superioare) și să facem ceea ce trebuie pentru a "curăța" sistemul nostru psihic (transformând comportamentul nostru, atitudinile noastre vitale, etc.). Energia proprie colaborează la această lucrare din interiorul psihe-ului. În termeni practici aceasta înseamnă că orientează acțiunea noastră, că simțim în interior acea claritate și certitudine pentru a lua decizia corectă.

Shri Mataji spune în termeni metaforici: "Energia Kundalini este mama voastră spirituală; ea, ca orice mamă, dorește doar înălțarea voastră, dezvoltarea voastră și vă va ajuta cu blândețe, fără a forța ceva, asemeni unei mame care-și ajută copilul să învețe să meargă și toate celelalte, în timp ce-l veghează și-l hrănește".

Jung a folosit și el cuvântul "libido" pentru a desemna energia psihică, dar cu o semnificație complet diferită de cea a lui Freud. Jung a răscumpărat conceptul din cadrul îngust al sexualității în care s-a închistat Freud[1] și l-a extins la toate transformările care se produc în materialul psihic. În cazul lui Jung interpretarea este atât de generală încât o poate include pe Kundalini și orice alt tip de energie care acționează în psihe.

Am afirmat deja că pentru ***Sahaja Yoga*** "Kundalini" este o energie foarte specială. Nu este energia care pune corpul nostru în mișcare, nici cea care ne activează emoțiile sau gândurile, nici energia care se blochează în complexe sau represiuni ori se cristalizează în figuri arhetipale. Energia Kundalini poate influența toate aceste energii, dar ea însăși este "esența" a tot ceea ce este energie, este energia conștiinței și conține dorința pură de a fi în "Planul Adevărului", adică de a fi conștient de Absolut, Adevăr și Divin.

Acum însă ne-am putea pune întrebarea: "Dacă energia Kundalini se ridică în mod spontan fără să fie nevoie de vreun efort, dacă ea este călăuza Adevărului, "sanitarul" și "conducătorul" evoluției corecte, de ce există un conflict, de ce ființa umană nu primește ajutorul acestei energii și este nevoie

(1) A se vedea, de exemplu, "Energetica psiquica y esencia del sueno" ("Energetica psihică și esența visului"), Ed. Paidos, Buenos Aires, 1976.

s-o trezești?"

Răspunsul este *Vidul*. Trecerea energiei Kundalini prin psihe până la conștiință trebuie să se facă prin "sattwa" (ceea ce am spus deja). Dar ***Shri Mataji*** ne învață că există un punct în "calea sattwa" unde există o breșă, o discontinuitate și Kundalini nu poate trece. La oprirea fluxului de Kundalini, se produce în conștiință o amplificare a "rajas" și a "ego"-ului. Tentativa de a găsi o explicație motivului pentru care lucrurile stau astfel, ne-ar conduce la speculații metafizice fără obiect, care ar rămâne simple speculații. Cert este că absența acestei energii în evoluție (nu știm în ce moment al evoluției umane, s-a produs această "breșă") a favorizat dezvoltarea funcțiilor volitive (a pus un anumit număr de funcții sub "controlul" conștiinței de veghe), ceea ce a echivalat în planul fizic cu dezvoltarea sistemului nervos central și a scoarței cerebrale, și a permis un progres echivalent al funcțiilor de individualizare prin afirmarea "ego"-ului. Poate acesta este "pomul cunoașterii" la care face referire Biblia. Adevărul e că în aproape toate mitologiile dezvoltate (de culturi cu o anumită importanță) se fac aluzii la un anumit tip de "izgonire din Rai", adică o ruptură (breșă) între lumea perfectă, luminată de înțelepciunea divină (Kundalini) și omul care rămâne abandonat forțelor proprii (ego). Mitologia este expresia simbolică a memoriei colective (trecutul lui "tamas").

În ***Sahaja Yoga***, începutul procesului de transformare se manifestă în "închiderea breșei" din calea "sattwa" pentru ca ridicarea lui Kundalini până la conștiință să se poată produce în chipul spontan și natural de care am amintit. Cum "calea sattwa", în psihe, este jalonată de puncte sau vârtejuri modelatoare de calități psihice pe care le-am numit "chakre", trecerea lui Kundalini le curăță eliberându-le de blocaje. Când Kundalini ajunge la "Agnya chakra", fluxul de gânduri este absorbit în "chakra" eliberată și se produce senzația internă de pace profundă. În general, întreaga senzație este răcoritoare, ca un "duș interior". În exterior, în planul fizic, înălțarea lui Kundalini până la conștiință se manifestă ca o senzație de ***briză răcoroasă*** în palme și în creștetul capului, uneori în tot corpul. Mai departe vom explica modul în care se produce "închiderea breșei" lui "sattwa" și semnificația acestui proces.

5. Aspectul simbolic al "lumii exterioare"

Între "lumea exterioară" și ceea ce observăm în psihe-ul nostru ("lumea interioară") există o evidentă corespondență. Această corespondență este de importanță capitală pentru înțelegerea modului în care acționează ***Sahaja Yoga***, fapt pentru care considerăm necesar să insistăm în acest punct analizând conceptul de "simbol" care este acela unde, în mod tradițional, s-a studiat influența psihologică a obiectelor și formelor lumii fizice.

Totuși, dorim să anticipăm, rezumând comentariile capitolelor anterioare că, din punctul nostru de vedere, nu e vorba de două lumi (psihe-ul și lumea fizică) independente și doar conectate prin anumite influențe care circulă în sensul "lume fizică – psihe" (fenomene ale lumii fizice primite senzorial și care afectează psihe-ul), ci că lumea fizică și psihică sunt două aspecte ale "aceluiași lucru" dat fiind că relația reciprocă este permanentă și multiplă. În acest sens ne poate ajuta conceptul de simbol

Pentru Jung "un cuvânt sau o imagine este ***simbolică*** atunci când reprezintă ceva mai mult decît un sens imediat și evident. "Ea are un aspect "inconștient" mai amplu care nu e niciodată definit cu precizie sau complet explicat. Nici nu se poate aștepta o definiție sau explicație, Cînd mintea explorează simbolul, este condusă la idei care se află dincolo de perimetrul rațiunii"[1].

În această definiție a lui Jung ca, în general, în toate definițiile precedente, inclusiv din alte câmpuri ale cunoașterii diferite de psihologie cum ar fi semantica sau semiologia, se vede că atribuirea de sens conceptului de ***simbol*** se produce, mai ales, prin opoziție cu cea dată conceptului de ***semn***.

Un ***semn*** se referă la ceva mai mult decât ceea ce este în sine. O literă a alfabetului nu este doar un desen cu cerneală pe hârtie, ea mai reprezintă și un sunet. Semnele de circulație nu sunt numai triunghiuri sau cercuri colorate, ele sunt și instrucțiuni pentru automobiliști și pietoni. O caracteristică a semnului este aceea că se adresează acelei părți a "structurii psihice"

(1) Carl G. Jung, "El hombre y sus simbolos" ("Omul și simbolurile lui"), Biblioteca Universal, Caralt, 1977.

pe care o numim "minte" adică acea parte unde conținuturile se află în unități separate unele de altele într-un mod suficient de precis și unde relațiile între ele se supun unor legi stabile care constituie o "logică". Cu alte cuvinte, partea "rațională" sau "gânditoare" a psihe-ului (pe care am amintit că aparține lui "rajas"). Altă caracteristică a semnului este că pentru a-l putea interpreta trebuie să ai capacitatea de a-l "decodifica", trebuie să cunoști "cartea codurilor". Pentru cine nu știe să citească, "a" scris pe hârtie va fi doar un desen curios. Cine nu cunoaște legile și normele circulației va vedea în semnele de circulație doar ciudate panouri metalice, poate decorative.

Pentru Jung există anumite imagini sau sunete ale căror semnificație este *imediată*. Când vedem un "cal", știm imediat că "este un cal". În această categorie de semnale cu sens imediat ar trebui să fie incluse semnele atunci când avem la dispoziție cheia de interpretare. Când vedem un semnal de "stop", știm că e un semnal de "stop" și că prin urmare trebuie să ne oprim.

Dar această semnificație imediată se produce pentru că acest tip de semnale au ca prim destinatar în psihe acea parte gânditoare, structurată în coduri și logici, pe care o numim "minte rațională".

În schimb, un *simbol* merge mai departe, depășește nivelele superficiale ale "minții" și atinge straturi mai profunde (pe care psihologii la numesc inconștiente) unde pune în mișcare energii necunoscute care dacă ating, în agitarea lor, pragurile conștiinței, ne surprind și ne tulbură, uneori în mod plăcut, alteori prin teamă, chiar prin spaimă, dar lăsând în noi un "sentiment", o "emoție", o senzație de totalitate a ceva care scapă rațiunii noastre, care nu e "accesibil" sistemului nostru de coduri și categorii mentale dar care, în schimb, "există" în mod deplin, e animat de o viață neliniștitoare dar reală.

Am putea spune că în timp ce semnalele "normale" (incluzând "semnele") ating numai acea parte superficială a psihe-ului numită minte și că acolo exercită un efect transformator și modificator, "simbolurile" ajung la totalitatea "lumii noastre interioare" sau a "corpului nostru psihoenergetic" ca un întreg, fapt pentru care influența lor se extinde la totalitatea noastră energetică transformând toată structura de la temelie pînă la suprafață, ducându-ne spre evoluție sau spre involuție.

Cum ar putea entitatea noastră psihoenergetică să schimbe, să evolueze, să se purifice și să atingă transparența necesară pentru a permite accesul la conștiința noastră, al altor nivele de "realitate", dacă nu prin prezența "simbolurilor" în semnalele care ne vin din "lumea exterioară"?

Dar din definiția lui Jung pare să se desprindă faptul că există semnale care sunt simboluri și altele care nu sunt. În limbaj colocvial, evident, situația depinde de modul cum obișnuim să folosim aceste cuvinte. Un cal păscând pe o pășune, un râu cu ape liniștite, dacă se întâlnesc într-un context

"obișnuit", sunt doar un cal, un râu, date mai mult sau mai puțin colorate emoțional în folosul calculatorului nostru mental, iar cuvîntul "simbol" obișnuim să-l rezervăm pentru a-l aplica unei hieroglife cabalistice sau imaginilor suprarealiste ale unui vis.

Dar dacă un "simbol" este ceva capabil să atingă și să transforme complexul nostru psihoenergetic, există vreun semnal care să nu aibă această capacitate într-o măsură mai mare sau mai mică? De exemplu, ne uităm la cer și ne dăm seama că e acoperit de nori (dată); cu siguranță va ploua sau poate se va dezlănțui furtuna (semn); o vagă teamă ni se strecoară în interior, ne uităm mai departe la cer și, deodată, ni se pare ceva, descoperim o vitalitate, ceva viu care dorește să ni se adreseze "în mod special" nouă. Nu știm ce e, poate că simțim și un "impuls în inimă" sau doar va scânteia ceva o clipă în conștiință pentru a se pierde în uitare din cauza unor percepții sau gânduri de alte ordin. Cine nu a avut experiențe de acest fel în legătură cu semnalele vieții zilnice ? Când simțim că percepem "magia" a ceva (poate un apus, sau flacăra unui cămin, sau pur și simplu poziția unui obiect pe un raft) suntem conștienți de un *efect simbolic*, de influența situației asupra adâncurilor și totalității noastre psihoenergetice.

În chip de concluzie vom spune că *orice semnal* (*cuvânt, sunet, imagine, situație etc.*) *are o putere simbolică*, adică, este aici pentru a produce o anumită clasă de transformări, în totalitatea noastră vitală.

Cu toate acestea și ținând cont de forma în care se produc aceste semnale, putem distinge două categorii:

a) Semnalele care se produc cu intenția de a exercita efectul simbolic pe care sunt capabile să le genereze. Am putea spune că le folosim drept unelte sau tehnici spre a produce o transformare psihică și o facem în mod conștient și intenționat. În Sahaja Yoga (ca și în alte doctrine) când folosim cuvinte sau fraze cu această destinație, le numim *mantre*, când e vorba de gesturi făcute cu mâinile, acestea primesc numele de *bandhan*, iar când e vorba de repertorii mai complexe, secvențele elaborate de simboluri se numesc *ritualuri* între care cele mai comune sunt cele numite "Puja" și "Havana". În cele ce urmează vom explica în ce constau.

b) Celelalte semnale, care nu sunt produse cu intenția de a avea un efect simbolic, pe care-l au toți oamenii. Cum am spus deja, uneori suntem în stare de a-l capta, alteori trece neobservat.

Pe de altă parte, nu trebuie să uităm că nu toate simbolurile au aceeași forță. Prin asta vrem să spunem că energia cu care pătrund și acționează în totalitatea psihică este mai puternică în unele cazuri decât în altele. Această diferență energetică poate depinde de tipul de simbol, dar depinde, mai ales, de "agentul" care generează simbolul. Există persoane, locuri, situații etc.,

dotate cu o capacitate mai mare de exprimare energetică. "Simbolul" este purtătorul energiei, cheia cu care pătrunde în structura psihică profundă, dar potențialul energetic provine de la "agentul" care l-a generat.

Astfel, toate semnalele care apar în jurul nostru au această putere simbolică transformatoare a interiorului nostru, dar noi înșine suntem la rândul nostru, un simbol viu pentru lume. Corpul nostru, acțiunile noastre, cuvintele, gesturile, emoțiile, întreaga noastră exprimare activează, prin puterea lor simbolică, alte structuri psihoenergetice și, desigur, în mod retroactiv, propria noastră structură.

Viața este astfel un permanent schimb energetic între entități psihice care posedă corpuri vizibile și unde nu trebuie să includem doar ființele umane ci, în general, întreaga creație. Aspectul exterior al acestui schimb primește numele de "simbol", dar în realitate simbolul este doar un semnal extern, o consecință a mentalizării celor petrecute. Importante sunt însă energia și efectul său transformator asupra totalității noastre psihice. În același fel, o "bancnotă" este doar un semnal, iar atunci când trece de la o persoană la alta, ceea ce se transferă de fapt este o "valoare", ceva mult mai complex și cu o putere și o influență profunde în întreaga rețea socială.

Știm, desigur, că există, de asemenea, energii invizibile care ne afectează. Fizica vorbește despre ele și forme noi apar în permanență. În acțiunea acestor energii asupra totalității noastre, simbolul însoțitor pare să fie absent, de aceea și trece neobservat și putem lua cunoștință de el doar prin efectele lui. Atâta vreme cât nu posedăm organe de percepție directă a acestor energii, suntem la bunul lor plac. Dacă sunt "bune" vor activa structura noastră psihoenergetică într-un sens evolutiv și ne vom simți din ce în ce mai bine, mai "curați" sau "transparenți"; dacă sunt "rele" vor deplasa totalitatea noastră vitală într-un sens involutiv și ne vom simți în interior mai "întunecați".

Dacă se acceptă cele arătate, și cum scopul (ceea ce e pozitiv pentru noi) s-ar putea rezuma ca "limpezire" a totalității noastre psihoenergetice, liniile conducătoare pentru a ne duce viața în această direcție s-ar putea limita la următoarele:

1. Să ne facem organismul psihoenergetic accesibil *simbolurilor de transformare* adecvate.

2. Să rămânem permanent sub influența *energiilor invizibile favorizante*.

3. Să reușim ca *"simbolul" propriei acțiuni* să fie pozitiv, pentru a nu ne prejudicia prin retroacțiune organismul.

În continuare vom vedea cum se obține acest lucru în ***Sahaja Yoga***. Întotdeauna este nevoie să "te deplasezi" în direcția adecvată și pentru aceasta sunt necesare informații despre starea "structurii psihoenergetice" și

despre modul în care se comportă în prezența stimulilor externi. O ființă umană normală are trei căi pentru a obține aceste informații:

1. Prin "percepția interioară", adică "sentimentul-senzație" al stării interioare. Intuiția care ne aduce "salvarea" corespunzătoare formei în care ne aflăm în interior.

2. Prin reflectarea acțiunilor noastre în lumea exterioară. Adică forma în care "lumea exterioară" reacționează la "simbolurile-acțiuni" pe care le producem.

3. Prin intermediul viselor-simboluri autentice, pe care ar trebui să știm să le interpretăm.

Un ***Sahaja yoghin*** dispune de un al patrulea procedeu: *briza răcoroasă în palme* în toate nuanțele și semnalele pe care le studiază ***Sahaja Yoga*** și pe care încercăm să le descriem în aceste pagini, fenomen pe care-l numim *conștiința vibratorie* și care-i permite Sahaja yoginului să fie conștient în mod direct de starea planului său subtil psihoenergetic.

6. Lume interioară – lume exterioară

Tot ce am comentat până aici se referea în mod exclusiv la planul sau tărâmul "psihe"-ului care, după cum am spus, este singurul plan cu care avem contact direct.

Dar în plus, simțurile noastre corporale (văz, auz, pipăit, etc.) ne pun în legătură cu un alt plan pe care, pentru diferențiere, îl vom numi *lumea exterioară* și vom folosi expresia *lume interioară* pentru a ne referi la acel plan psihic care a stat la baza explicațiilor noastre de până aici.

Suntem siguri că, pentru multe persoane, conceptul de "lume interioară" nu va fi ușor de interpretat în sensul pe care i-l dăm aici, de aceea poate ar trebui să insistăm asupra lui.

Când vorbim de o "lume interioară" ne referim la un "univers real", adică, "un loc unde ne aflăm". Coordonatele sale nu sunt spațio-temporale asemeni universului fizic cu care suntem obișnuiți, unde există trei dimensiuni ale spațiului pe care aparent îl putem măsura, dar pe care fizica modernă îl demolează sistematic. Coordonatele "lumii interioare" sunt calitative. Există în el curente și mișcări, dar nu sunt de la stânga la dreapta, sau de sus în jos, așa cum suntem obișnuiți să înțelegem mișcarea, ci sunt de la întunericul depresiv la lumina înțelegerii, de la teama irațională la bucuria fără sfârșit, etc.

Mentalitatea necunoscătoare consideră "lumea interioară" nu ca un *univers de necuprins* ci ca "personalitate", adică "ceea ce simțim" și proiectează restul asupra "lumii exterioare" pe care o consideră adevăratul "univers". "Lumea interioară" rămâne astfel ciuntită și mărginită, legată de micul spațiu ocupat de corpul fizic. Cel mult, numim "lume interioară" unele fenomene care par să se petreacă în interiorul creierului nostru. Fiecare persoană are, astfel, propria sa "lume interioară" care este intimitatea sa, iar cuvîntul "lume" este utilizat în sens metaforic și nu pentru că are realmente caracteristica de univers.

În schimb, pentru necunoscători, ceea ce dobândește caracter de "univers" și de "realitate" este ceea ce manifestă simțurile. "Lumea în care trăim" este "lumea exterioară".

Nu vrem să negăm existența unei "lumi exterioare" deși ar fi motive pentru a o pune la îndoială. Punctul nostru de vedere se bazează pe un concept

care s-ar putea defini ca axiomatic: *Orice cunoaștere este psihică.*

Atunci când percep o pasăre zburând, în realitate, "ceea ce vine din exterior" nu este o pasăre zburând, ci o anumită cantitate de fotoni, particule și radiații care-mi excită simțurile. Construirea cu toate aceste materiale a unei păsări zburând, pentru ca eu s-o văd, se face în psihe-ul meu, acolo se află toate datele, semnificațiile, amintirile, logica, aplicabile situației și la fel emoțiile, sentimentele, etc. Asupra rezultatului final, deci clasa de "pasăre zburând" pe care o văd eu (amenințător, bucuros, plin de semnificație, etc.) influențează o mulțime de forțe ale "lumii interioare", între care majoritatea sunt inconștiente pentru mine. Fiecare obiect și fenomen al "lumii exterioare" consituie un obiect și un fenomen (sau unele multiple, căci nu are de ce să existe o corespondență biunivocă) al "lumii interne". Problemele "lumii exterioare" sunt, în realitate, probleme ale "lumii interioare". "Lumea interioară" este la fel de nemărginită ca și "lumea exterioară". "Lumea interioară" e locul unde se stabilesc criteriile de "adevărat" și "fals", de "o- biectiv" și "subiectiv".

Am dat acestei "lumi interioare" numele de "totalitate psihoenergetică", pentru a sugera ideea caracterului ei nemărginit, al reprezentării "întregului" și a calității sale psihice. O ființă umană individuală este un *spectator* al acestei infinități, identificat cu o mică parte din ea, prin magia "ego"-ului său, conștient de o subparte a "zonei sale de identificare" și inconștient de rest, dar *influențat de totul.* Aspectul psihe-ului universal, care îi este cel mai aproape, îl numim "psihe individual", iar totalitatea "psihe colectiv" sau "psihe universal". Din toate formele, cea mai mare parte atât a "psihe-ului colectiv" cât și a celui "individual" este inconștientă.

Dar stimulii constanți ai "lumii exterioare" sunt atât de puternici și atât de excitanți, încât infinitatea internă rămâne în umbră. Pentru a percepe ceva din ea, e nevoie să limităm trecerea senzațiilor din exterior. În principal, închizând ochii și astupând urechile pe unde pătrunde cea mai mare parte a stimulilor externi. În multe sisteme de yoga din India, există metode și tehnici de obținere a acestui proces de pătrundere în interior. În occident, un exporator al acestui spațiu intern care, fără îndoială, a folosit metodele cele mai radicale imaginabile, este John C. Lilly. El a fost creatorul capsulei de "privare senzorială". E vorba de un sicriu insonorizat și absolut obscur, cu apă sărată (în care se plutește) la temperatura corpului. Dacă în plus se ia o anume substanță care să insensibilizeze mucoasele gustului și mirosului, cel care intră acolo devine complet izolat de "lumea exterioară". Dr. Lilly s-a supus pe sine însuși unor experiențe succesive de acest tip, la care a adăugat și doze crescânde de LSD pe cale intravenoasă. E de mirare că a mai putut ieși din capsula sa de "privare", dar a ieșit totuși, și și-a povestit experiența

sa într-o carte uimitoare şi ilustrativă[1].

E bine, deci, să reţinem, că întregul conflict care poate exista în viaţa omenească este un conflict al "lumii interioare" şi că atât evoluţia naturală şi spontană cât şi "eforturile" pe care fiinţa umană le poate face pentru transformarea sa, se adresează "lumii interioare". Cu toate acestea, caracterul de "ecran reflector" al "lumii interioare", pe care-l are "lumea exterioară", îl fac un instrument minunat pentru această transformare.

Într-adevăr, ceea ce vedem ca "lume exterioară" (interpretarea tuturor acestor energii care ne penetrează simţurile) este o reflectare a "lumii noastre interioare" sau, altfel spus, este "lumea noastră interioară" proiectată. Când producem un fenomen în "lumea exterioară", fenomenul concomitent se produce în "lumea interioară". Încercând o lămurire, am putea folosi următoarea comparaţie: când ridic greutăţi la gimnastică, se produce un fenomen observabil direct, care este faptul de a ridica greutăţi (am spune, ceva din "lumea exterioară"), dar în acelaşi timp se produce alt fenomen (asimilabil ca ilustrare a "lumii interioare"), care este dezvoltarea musculaturii corpului meu.

În chip echivalent, când ceva din "lumea exterioară" îmi provoacă dragoste (de exemplu), ceea ce se întâmplă este că atenţia mea interioară s-a deplasat, căutând aspectul "sattwa" din psihe. Dar dacă cineva mă insultă sau mă loveşte şi-i înapoiez lovitura, atenţia mea e nevoită să se îndepărteze de "sattwa" şi să coboare în zonele inferioare ale lui "rajas", pentru a o putea face. Dacă mă hotărăsc să iert, mă voi întoarce la "sattwa" şi-mi voi mobiliza energia curată a "agnya chakra". Şi aici se produce un fel de gimnastică şi, după tipul de energii psihice exercitate, aşa se va structura partea psihe-ului care este la îndemâna mea (adică, ceea ce "sunt", în felul în care acest concept se înţelege în limbajul obişnuit). Altfel spus: *creşterea mea interioară către niveluri de mai bună sănătate, echilibru, conştiinţă, etc. (sattwa), se produce în măsura în care comportamentul meu exterior este cel potrivit.* Nu pot exista unul fără celălalt, sunt cele două feţe ale aceleeaşi monede. De aici se deduce ceva foarte important.

Deşi pot exista tehnici care să ajute la înţelegerea structurii "lumii interioare" (meditaţie, ceremonialuri, terapii, etc.) şi să acţioneze direct asupra unor aspecte anume nesănătoase, "MAREA TEHNICĂ" de tratament este viaţa în lumea exterioară menţinând comportamentul corect.

Dar toate reţetele, recomandările şi predicile s-au dovedit inoperante pentru a dobândi acest "comportament corect", căci trebuie interpretate şi convertite în "normă". Normele se menţin la nivelul minţii şi nu folosesc

(1) John C. Lilly, "El centro del ciclon" ("Centrul ciconului"), Ed. Martinez Roco, 1981.

decât pentru a favoriza rigidizarea "ego"-ului.

Pe de altă parte, există situaţii foarte evidente în care ne surprindem pe noi înşine, minţind, urând sau agresând ori, dacă suntem suficient de isteţi, putem să abandonăm astfel de atitudini; alteori însă facem lucruri similare fără să ne dăm seama, sau aceasta se întâmplă la niveluri mai subtile unde trec neobservate.

În ***Sahaja Yoga***, cum am spus deja, iniţierea constă în a întinde o punte în vidul canalului "sattwa" şi în a permite trecerea energiei Kundalini. Această nouă situaţie uşurează aducerea în faţa conştiinţei a "stării chakrelor" care se percepe prin intermediul corpului fizic (în principal în degete). Când mobilizăm energie internă în mod neadecvat (prin acţiuni, gânduri sau emoţii), efectul negativ asupra "chakrelor" se semnalează imediat (prin căldură) în degetele mâinilor. Invers, acţiunea adecvată relaxează presiunea asupra chakrelor, şi trecerea lui Kundalini se percepe ca "briză răcoroasă" în palme. Vom vedea toate aceste lucruri mai în detaliu în capitolele următoare, unde vom explica punctele de vedere ale ***Sahaja Yoga*** asupra corpului şi mediului fizic.

Pentru a încheia acest capitol dorim să propunem a se reţine şi a se reflecta asupra faptului important al corespondenţei absolute între "lumea interioară" şi "lumea exterioară". A spune că "sunt acelaşi lucru", ne-ar putea conduce la discuţii fără sens, căci experienţa noastră ni le înfăţişează ca fiind separate, dar putem înţelege o corespondenţă ca aceea care există între cele două feţe ale unei foi de hârtie extrem de fină.

Există un aforism atribuit lui Hermes Trismegistul care spune *cum e sus aşa e şi jos*, dorind să semnifice că există o corespondenţă între cer şi pământ, între lumea divină şi universul vizibil. În concepţia pe care o propunem aici se poate întâlni o anumită aplicaţie a acestui aforism, dar cu unele nuanţări. După părerea noastră "cerul" (ca şi "infernul") este tot o parte a psihe-ului colectiv (şi, ca atare, a celui individual). Cerul face parte din aspectele sau nivelurile elevate ale "rajas", iar "infernul", din zonele întunecate ale "tamas". Cum vedem, această concepţie a "spiritualităţii" este tot relativă şi provine dintr-un mod destul de primitiv de a înţelege lumea, unde diferenţele între material (jos) şi spiritual (sus) corespund ideilor neadecvate de "vizibil" (lumea reală, umană, a materiei) şi "invizibil" (tărâmul spiritelor, zeii, cerul, etc.). Ştiinţa modernă a apropiat planului material multe "tărâmuri invizibile" şi aproprie mereu altele şi altele. Din punctul de vedere pe care-l susţinem aici, credem că există efectiv un plan divin absolut, pe care l-am numit "Planul adevărului" şi care se află "în afara psihe-ului", şi nu putem spune nimic despre el. Desigur, el nu se află nici jos nici sus, nicăieri faţă de psihe, este de neconceput şi indescriptibil, şi-l folosim ca ipoteză de lucru

pentru a explica anumite lucruri din planul "psihic", care este cel unde ne aflăm şi despre care putem vorbi.

Planul psihic este nelimitat (sau cel puţin aşa ne pare), are zone mai transparente unde predomină energia "sattwa" (evolutive) şi pe care le-am putea numi "Cerul", şi are zone unde "sattwa" este practic absentă şi pe acestea le-am numi "Infernul". Uneori, conştiinţa umană poate ajunge să se conecteze cu unele din aceste planuri psihice mai mult sau mai puţin "elevate" ori "îngropate" şi se experimentează "stări înalte de conştiinţă" cum se spune acum, sau extazuri mistice, viziuni celeste, revelaţii, etc., conform limbajului arhaic tradiţional. Sunt de asemenea "călătorii rele" sau viziuni infernale, posesiuni, etc., după felul de expresii pe care dorim să le utilizăm.

Toate acestea reprezintă "planul psihic" (sau "totalitatea psihoenergetică") şi suntem conectaţi cu el din "interior". Ceea ce numim "lume exterioară", reflectă planul interior, de aici o profundă observare şi înţelegere a naturii şi a universului ne apropie de înţelegerea "lumii interioare" mai mult ca orice. Să ne amintim de barcagiul lui Siddharta[1], care nu s-a mişcat vreodată din coliba lui şi care nu a făcut altceva în viaţă decât să transporte oameni de la un mal la celălalt al râului, şi cu toate acestea era cel mai înţelept dintre personajele povestirii, căci "a ştiut să asculte râul". Exprimat în terminologia pe care o folosim aici "a ştiut să vadă în râu reflectarea lumii interioare".

De aceea, am dori să propunem alt aforism în locul celui ermetic care, urmând firul celor comentate, s-ar enunţa în felul următor: *Cum e înăuntru aşa e şi în afară.*

(1) Hermann Hesse, "Siddharta", Editorial Bruguera, Barcelona.

7. Lumea exterioară: corpul fizic

Evident, partea cea mai apropiată de "lumea exterioară" este propriul nostru corp. Cum am spus, toate aspectele psihe-ului, cuprinse în ceea ce am putea numi "psihe-ul individual sau personal", au o expresie reflectată, sau o "contraparte" în lumea exterioară, prin intermediul corpului fizic.

În desenul care însoţeşte acest capitol se află o diagramă unde sunt indicate organele corpului fizic în care se manifestă funcţiile şi caracteristicile psihice pe care le-am deschis în capitolele anterioare.

Cu riscul să ne repetăm, dorim să insistăm asupra faptului că "lumea exterioară" şi "corpul nostru fizic" sunt ceva care *par să fie în afară*, dar sunt cunoscute în măsura în care se configurează ca un aspect al psihe-ului.

Toate caracteristicile energetice pe care le-am descris ca elemente şi structuri ale psihe-ului (chakre, Kundalini, etc.) sunt aspecte ale acestui spaţiu subtil care este "totalitatea psihoenergetică", dar când contemplăm "lumea exterioară" şi în particular "corpul nostru fizic", întâlnim în el vestigii ale acestor structuri şi elemente, exprimate în formă specifică şi cu materiale care corespund acestei lumi exterioare, a cărei energie este accesibilă simţurilor noastre.

Forţele psihice opuse "rajas-tamas" sunt exprimate în corpul fizic în sistemul "simpatic". Cum se ştie, este vorba de un sistem compus de fascicule nervoase care merg de-a lungul coloanei vertebrale în mod simetric şi se intersectează apoi în creier, astfel încât fasciculele care ocupă partea dreaptă a corpului se unesc cu emisfera stângă a creierului, iar cele din partea stângă, cu emisfera dreaptă.

După cum explică ***Sahaja Yoga***, partea dreaptă (şi emisfera stângă) se află în legătură cu energia psihică pe care am numit-o "rajas", adică acel tip de energie care ne "îndeamnă" către viitor şi, ca atare, conţine elementele necesare pentru controlul acestui viitor. În 1874, neurologul britanic John Huglings Jackson a descris emisfera stângă ca fiind centrul "facultăţii de exprimare"[1]. Se mai ştie că această parte a creierului este corelată cu facultatea de a realiza operaţiuni logice şi cu tot ceea ce reprezintă ordo-

(1) C. Rayner, "La mente humana" ("Mintea umană"), Ediciones Orbis, S.A., 1985.

narea, orientarea în spațiu, planificarea, etc., adică o serie de funcții pe care robotica este capabilă să le încorporeze unui mecanism automat, deși într-o formă încă rudimentară. Limbajul, adică manevrarea, organizarea și structurarea de cuvinte, este altă facultate a acestei părți a sistemului nervos. Să amintim că vorbele sunt cristalizarea și codificarea conceptelor și trăirilor pentru a fi apoi utilizate ca "obiecte" susceptibile de control. Presupunem că nu va fi dificil să recunoaștem în această descriere, atributele pe care le-am asociat energiei "rajas".

Energia "tamas" are caracteristici complet opuse. Ea are legătură mai mult cu emoționalul, sau mai bine zis cu "sentimentalul", sau "romanticul". Expresia sa fizică va corespunde laturii stângi a corpului și emisferei drepte a creierului. Este foarte curios că fiziologia contemporană are cunoștințe mai puțin precise despre emisfera dreaptă decât despre cea stângă. Poate e folositor să ne întrebăm dacă aceasta nu este o influență a metodei însăși și a atitudinii cercetătorilor care este clar "rajas", ceea ce presupune folosirea unei anumite "grile" cognitive care împiedică acceptarea a tot ceea ce nu are aceeași structură ca și grila. Spus fără ocol (deși poate exagerat), încercăm să cunoaștem emisfera dreaptă folosind pentru aceasta emisfera stângă.

Funcțiile psihologice ale acestei emisfere drepte sunt descrise într-o formă ambiguă drept "facultăți artistice" și, în general, ca "activități neverbale". Se știe că participarea sa la inteligența și discernământul uman se produce printr-un aport neanalitic și globalizator. Aceasta se numește "cunoaștere intuitivă" sau obținerea de concluzii plecând de la integrarea globală (neanalitică) a mai multor date.

Și fiziologii și psihologii sunt de acord că femeile manifestă o prezență mai marcată a activității acestei emisfere decât bărbații și invers pentru emisfera stângă.

În schimb, responsabilitatea energiei "tamas" în legătură cu memoria și condiționările trecutului nu a fost verificată de cercetătorii fiziologiei umane. Poate pentru că în conceptul de "memorie" se integrează și un aspect propriu lui "rajas" care este întreținerea unor arhive verbale. Învățarea de concepte, cunoașterea de dicționar sau ceea ce am putea face echivalent cu "memoria calculatoarelor" este sarcina lui "rajas".

Desigur, aceasta nu se află în conexiune cu trecutul ca trăire, ca realitate, ci numai ca dată utilitară pentru un proces în viitor. C. Rayner, într-o carte de popularizare pe care am citat-o anterior, descrie un exemplu foarte ilustrativ.

Dacă mergem pe un drum și recunoaștem o urmă, identificarea acestei urme revine în sarcina memoriei vizuale a emisferei drepte. Numele care corespunde persoanei ce posedă această urmă îl furnizează, în schimb, emisfera stângă[1].

Să observăm cum "recunoașterea urmei" este o activitate legată de trecut (tamas), căci "a recunoaște" inclusiv în aspectul său semantic înseamnă "a cunoaște din nou", adică a reveni la trecutul unde s-a realizat "cunoașterea originală" (primară) și "a o reface" pentru a găsi aici, încă odată, această urmă care se află acum în fața noastră. În schimb, amintirea numelui înseamnă să ai acces la un fișier care conține atributele subiectului și o etichetă (numele). Deși datele originale provin din "trecut", ele s-au instrumentat (rajas) pentru o "folosire" viitoare. "Simetria bilaterală" a acestui sistem nervos în organism corespunde cu simetria opoziției menținute în planul psihic de "rajas" și "tamas"[2].

Aspectul "sattwa" al energiei psihice își află reprezentarea fizică în puțin cunoscutul "sistem parasimpatic".

Dorim să amintim și să insistăm, înainte de a continua, asupra faptului că, atunci când spunem că un anume aspect al psihe-ului își are reprezentarea fizică într-o parte concretă a sistemului nervos, nu dorim să spunem că o energie psihică ipotetică ar "curge" în interiorul nervilor săi. Psihe-ul este ceva nedeterminabil în planul fizic. "Substanța" sa se poate descrie ca energie care există în diverse planuri de densitate, dar e invizibilă în oricare din formele sale. Am spus deja că vorbim de alt plan, alt concept și ar trebui să putem scăpa tentației de a situa totul în coordonatele spațiale. Planul fizic este doar una dintre manifestări.

Am putea spune că psihe-ul "emerge" în planul fizic sub forma nervilor și a altor expresii fizice ca și a unei serii de energii concomitente.

Ne amintim că atunci când am vorbit de structura energiei psihice, am menționat o discontinuitate existentă în aspectul "sattwa" care împiedică trecerea energiei Kundalini (energia conștiinței) până la nivelul conștiinței. Această discontinuitate se poate recunoaște, în planul fizic, în distribuția

(1) C. Rayner, op. cit.

(2) Există cărți de Yoga scrise de persoane cu studii de medicină care identifică energia psihică "rajas" cu *întregul* sistem nervos simpatic, și energia "tamas" cu parasimpaticul. Aceasta din confuzia dată de unele fapte observate, unde pare că sistemul nervos simpatic are un efect de "inervare" sau "excitare" a unor organe și, în schimb, parasimapticul produce efecte "sedative". Se caută o echivalență cu ideile transmise de maeștrii Indiei despre "rajas" și "tamas". Efectele lui "rajas" sunt efectiv de "excitare", dar eroarea constă în a crede că "opusul" e sedare sau relaxare. Efectul lui "tamas" nu este "sedant", ci este "deprimant". În depresie există tot atâta crispare a energiei cât și în excitație, doar că ea rămâne închisă și nu se exprimă.

fasciculelor nervoase ale sistemului parasimpatic. Unele fibre nervoase pornesc din nervii cranieni pe deasupra măduvei, iar altele îşi au originea în nervii sacrali la capătul măduvei. De aceea, această înlănţuire se mai numeşte şi "craniosacrală". Spaţiul cuprins între cele două grupuri de nervi ar corespunde la ceea ce am denumit "vid", când am vorbit de psihic.

Iniţierea ***Sahaja Yoga*** permite traversarea acestui "vid" şi crearea unei punţi între cele două capete despărţite ale căii "sattwa", adică în psihe, dar, desigur, în sistemul parasimpatic nu se produce nici o modificare anatomică, de aici şi faptul că această "punte subtilă" este relativ instabilă şi trebuie consolidată consacrându-ne unor exerciţii sub forma "sahaja". "Chakrele" sau "vârtejurile" modelatoare ale energiei subtile şi creatoare de calităţi psihice corespund în corpul fizic unor "plexuri nervoase" şi de aici rezultă conexiunea şi influenţa asupra glandelor endocrine corespunzătoare, ca şi a altor organe. Referinţele cele mai importante sunt următoarele:

Muladhara chakra – Corespunde plexului pelvic şi controlează prostata, canalele seminale, colul uterin, trompele lui Fallopio, etc.

Swadisthana chakra – Corespunde plexului aortic şi e în legătură cu pancreasul şi parte din ficat şi splină.

Nabhi chakra – Corespunde plexului celiac şi influenţează glandele suprarenale, restul ficatului şi splinei, pancreasul, rinichii şi o parte din uter.

Anahata chakra – Corespunde plexului cardiac şi are legătură cu plămânii, pleura şi inima.

Vishuddhi chakra – Corespunde plexului cervical şi controlează tiroida şi paratiroidele, gâtul, auzul, nasul, gâtlejul, dinţii, faţa, omuşorul, partea anterioară a ochilor.

Agnya chakra – Se exprimă în chiasma optică şi exercită controlul asupra glandelor epifiză şi hipofiză, a hipotalamusului, retinei şi lobilor optici.

Sahasrara chakra – Este în legătură cu zona limbică.

În limbajul poetic al textelor clasice ale Indiei "chakrele" (literal înseamnă "roată") sunt descrise ca flori de lotus şi fiecăreia dintre ele i se atribuie un anumit număr de petale care la rândul lor corespund diferitelor funcţii ale "chakrei". În analiza fiziologică aflăm, de asemenea, că fiecare plex nervos se descompune în subplexuri şi că numărul lor este echivalent cu cel al petalelor descrise de cărţile tradiţionale. De exemplu, cele şase "petale" ale "Swadisthana chakra" corespund celor şase subplexuri ale plexului aortic: spermatic, al colonului stâng, sigmoid, hemoroidal superior, mezenteric inferior şi hipogastric.

Energia ***Kundalini*** nu are o expresie fizică directă dar se presupune a fi localizată la baza coloanei vertebrale, în osul triunghiular numit *sacru* (sfânt).

Cum am mai spus "chakrele" şi toate aspectele energiei pe care le-am descris aparţin planului psihic, dar nu e posibil să facem o separare radicală între psihic şi fizic. Am menţionat deja posibilitatea de a "înţelege" corpul fizic ca un aspect al psihe-ului, dat fiind că din punct de vedere al percepţiei, senzaţiei şi evaluării (semnificaţia corpului şi a semnalelor sale), oricare ar fi procesul, trebuie să treacă prin psihe care este ceea ce se află în contact cu conştiinţa. Dar la fel de cert este faptul că psihe-ul trebuie să aibă şi el un anume fel de corporalitate, adică trebuie să existe ca ceva material, deşi este de un nivel mai subtil. În realitate, când vorbim de materie sau de lumea fizică, tindem să ne limităm din punct de vedere conceptual la aspectul acelui plan care poate fi captat de vreunul din simţurile noastre. Acum ştim că materia şi energia sunt acelaşi lucru şi mai ştim că simţurile noastre captează doar o mică parte a acestui conglomerat de materie-energie care ne înconjoară. Prin amplificarea simţurilor noastre cu ajutorul instrumentelor, cunoaştem existenţa altor planuri mult mai subtile şi putem deduce de aici prezenţa invizibilă a altor lumi, pe care le vom cunoaşte poate, într-o bună zi. Una dintre ele poate fi sediul psihe-ului sau, fie-ne îngăduită ipoteza, poate că toate sunt.

În orice caz, a vedea lumea fizică conţinută în psihe, sau ca pe un aspect subtil al planului fizic, nu încetează să fie acelaşi lucru; se schimbă doar punctul de vedere.

În ceea ce priveşte corpurile vii, cercetările făcute cu aparatura Kirlian au scos în evidenţă existenţa "aurelor" energetice, care rămân în organism (pot fi fotografiate), chiar după dispariţia părţii dense care le-a generat. De exemplu, conturul energetic al unei frunze se menţine nealterat chiar dacă se rupe o bucată din frunză.

În corpul omenesc există de asemenea aceste "aure" care indică existenţa unor "corpuri subtile" energetice în compenetraţie cu corpul fizic perceput de simţuri. Diagramele care se întâlnesc în tradiţia indiană yoga şi schema pe care o prezentăm aici, înfăţişează "chakre", canale de energie, Kundalini etc., situate într-unul din aceste planuri subtile deşi sunt în corespondenţă cu corpul fizic pe care-l cunoaştem.

Există, aşadar, o relaţie *psiho-somatică* şi *somato-psihică* unde "chakrele" joacă rolul de transmiţători şi intermediari generali.

Aceasta înseamnă că problemele psihice – care, după cum am comentat deja, sunt blocări ale "chakrelor" prin presiune exercitată dinspre aspectele "rajas" şi "tamas" şi opacitate în a exprima "planul adevărului" – afectează şi corpul fizic, căci şi reglarea sa se face din "chakre" (prin sistemul nervos autonom) şi o chakră blocată de psihe funcţionează defectuos pentru corpul nostru.

Invers se petrece același lucru. Un abuz la adresa organelor fizice, introducerea în organism de droguri, toxine etc., produce o "iritare" în "chakre", care este percepută în psihe.

În inițierea ***Sahaja Yoga***, energia Kundalini se ridică înspre conștiință prin canalul "sattwa" închizând "breșa" aflată la origine în el și pune astfel în evidență starea chakrelor, adică aceasta devine conștientizată. În termeni fizici, ceea ce se întâmplă în inițiere este că, la nivel subtil, sistemul nervos autonom se conectează cu sistemul nervos central (sistemul voluntar) care este cel accesibil conștiinței. Se produce astfel o nouă percepție, aceea a planului subtil unde se află chakrele, canalele de energie, etc. Această percepție se realizează prin intermediul corpului fizic, în care se percep semnale pe care trebuie să le decodificăm.

Dacă energia Kundalini se poate ridica până la ultima chakră (Sahasrara) și o poate traversa, deci nu sunt blocaje excesive nici dezechilbre, senzația care se produce este ca și cum o ușoară *briză răcoroasă* ar trece peste palme și ar ieși prin creștetul capului. În general se instalează o stare de pace și relaxare.

Dacă există dezechilibre și blocaje în sensul "rajas" sau "tamas", se simte căldură în mâna dreaptă respectiv stângă, după cum e cazul. Dacă o "chakra" e blocată, se simte căldură sau înțepături într-un anume deget al mâinii, căci în degete se află terminații nervoase corespunzând fiecărei chakre.

În acest fel, degetele mâinilor furnizează informații asupra stării centrilor subtili și, ca atare, asupra stării întregului organism psihosomatic. Astfel, fiecare poate recunoaște ce nu funcționează adecvat în propriul organism și poate interveni pentru corectare. Întrucât nu vorbim doar despre organismul fizic ci și despre cel mai subtil, adică acela care ne conduce pe calea evoluției, putem spune că ne-am transformat în *propriul nostru maestru*.

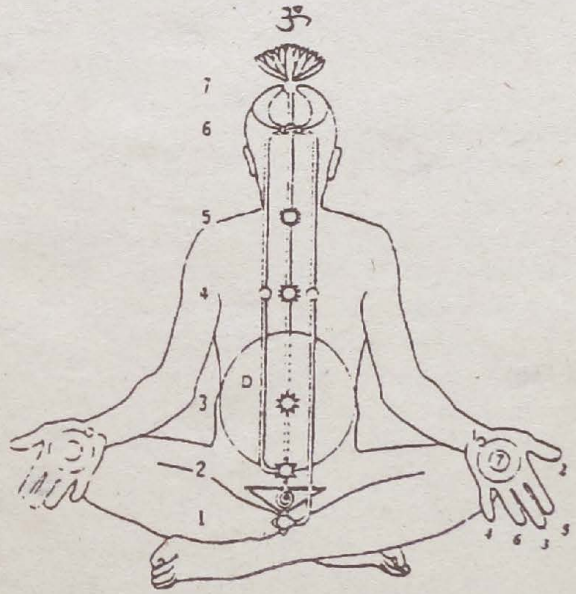
În învățătura teoretică a lui ***Shri Mataji*** se găsesc informații asupra modului de funcționare a chakrelor, a sistemelor fizice și psihice implicate și alternativele soluțiilor în caz de blocaje și dezechilibre. Într-o formă generală, în paginile ce urmează vom comenta aceste alternative.

Trebuie subliniată, în orice caz, importanța obținerii "conexiunii" canalului "sattwa" și ridicarea energiei Kundalini dincolo de Sahasrara chakra, căci această înălțare a energiei este cea care dă conștiința organismului subtil prin intermediul degetelor de la mâini și, în general, prin intermeiul corpului fizic. Aceste senzații fizice au un caracter "vibrator", atât atunci când e vorba de briza răcoroasă, cât și de căldură[1]. În degete sau în alte părți ale corpului,

(1) În ***Sahaja Yoga*** se numește *realizare* acest fenomen de ridicare a energiei Kundalini cu traversarea chakrei Sahasrara, scop pentru care este necesar ca această energie să străbată "vidul" canalului "sattwa".

acestea se simt ca ușoare furnicături (răcoroase, calde sau înțepătoare). De aceea, putem numi această nouă conștiință "conștiința vibratorie", înțelegând că e vorba de semnale "obiective" percepute în sistemul nervos central și nu de senzații vagi cu caracter "intuitiv".

Pentru a încheia acest capitol dorim să facem câteva observații asupra folosirii corpului în ceea ce privește senzorialitatea. Dacă vom observa desenul alăturat, vom constata că energia Kundalini este localizată imediat deasupra chakrei Muladhara[1]. Aceasta simbolizează faptul că în psihe, Kundalini se sprijină pe această chakră pentru ascensiunea sa până la conștiință. Chakra exercită un fel de "protecție" a sediului lui Kundalini. Dacă chakra este prejudiciată, Kundalini are dificultăți în ascensiune, se poate întâmpla chiar să nu poată urca deloc. Pe de altă parte, chakra Muladhara modelează în plan psihic calitatea de "inocență", iar în cel fizic are legătură cu funcționarea organelor sexuale.



II I III

Exprimarea în "corpul fizic" a chakrelor și tipurilor de energie care constituie "totalitatea psihoenergetică"

(1) Energia Kundalini ca și chakrele etc. aparțin planului "totalității psihoenergetice", dar există o expresie a lor în planul fizic; în acest sens putem vorbi de o localizare spațială ipotetică.

1. Muladhara (în triunghi, energia Kundalini)*; 2. Swadisthana; 3. Nabhi; 4. Anahata; 5. Vishudi; 6. Agnya; 7. Sahasrara; I. Sattwa; II. Rajas; III. Tamas.* (cu linie punctată, spațiul "vid" – breșa în canal)

De aici și faptul că folosirea "neinocentă" a sexualității dăunează și blochează această chakra. De aceea, probabil, toate religiile au încercat să dea norme restrictive referitor la sexualitate. Reprimarea nu îmbunătățește situația pentru că nu face să crească "inocența", iar un comportament sexual orientat către exploatarea senzației produse de aceste organe, este un comportament "egoist" care blochează unul din centrii energetici cei mai importanți ai psihe-ului. Și, evident, folosirea și manipularea sexualității în scopuri așa-zis spirituale, este o contradicție care ascunde pericole grave pentru propria evoluție.

8. Lumea exterioară (ambientul)

În gândirea științifică și convențională se tinde a considera ființele umane ca entități fundamental izolate, cu un anume grad de relaționare și dependență între ele și ambient, dar care în fond nu sunt mult diferite de relațiile dintre alte clase de "obiecte".

"Ambientul" (mediul înconjurător) se prezintă ca un "dat" față de care ființele umane produc anumite răspunsuri conform personalității lor (am putea spune "programării" lor). Schimbările în personalitate (în program) se efectuează în scopul de a oferi mediului înconjurător răspunsuri mai bune. Prin "răspuns bun" se înțelege acela care produce subiectului maxima satisfacție fizică sau de alt tip.

Desigur, această schemă este extrem de simplificată, dar anumite puncte de vedere "științifice", de exemplu cel al psihologiei "comportamentale", nu se îndepărtează prea mult de un model foarte asemănător celui anterior.

În fața unei atitudinii atât de mecaniciste – unde "realul" este ceea ce se află "în afară", adică obiectele, ceea ce se poate atinge – nu e de mirare că ideea după care viața omenească este "psihică"(adică psihe-ul este ceva ***real*** și "lumea exterioară" este o construcție psihică deși e bazată pe stimularea simțurilor) este considerată o fantezie greu de acceptat.

Cînd Jung a postulat existența "psihe-ului colectiv" (pe care l-a numit "inconștient colectiv" căci, realmente, foarte puțin din el atinge conștiința), el a întâlnit o puternică rezistență din partea medicilor și psihiatrilor epocii sale, iar această rezistență nu a slăbit prea mult în epocile posterioare. Cu toate acestea, demonstrația lui Jung nu a putut fi respinsă, căci se baza pe apariția de simboluri similare în psihe-ul unor subiecți aparținând unor culturi foarte diferite și la care se putea presupune absența oricărei legături pentru transmiterea convențională a informației.

Astfel, Jung presupune existența unei "texturi psihice" la care participă întreaga umanitate și în care fiecare ființă umană individuală este o reprezentare la scară redusă și participă la întregul ei conținut. O comparație ce pare adecvată este aceea cu o reproducere holografică în care fiecare punct conține toată informația întregului (tot tabloul), dar și o cantitate de energie mai mică, adică o definiție mai slabă.

În 1991, biologul britanic Rupert Sheldrake a publicat o carte în care lua

apărarea ideii existenței unei *memorii colective*[1]. Acest cercetător susține că ADN-ul prin el însuși nu este capabil să explice forma organismului. "În brațele și picioarele tale – spune el – există același ADN, dar formele sunt diferite". Explicația lui Sheldrake pentru misterul că plecând de la o simplă celulă fecundată se construiește un limbric sau o balenă, este că "ceea ce face celula, este să se conecteze cu *câmpuri morfice* ale propriei sale specii. Aceste câmpuri organizează materialul și dirijează dezvoltarea". Sigur că ipoteza lui Sheldrake a fost la fel de aspru criticată de "știința ortodoxă" cum a fost și cea a lui Jung.

Dar dacă aducem aici aceste referințe, este pentru a arăta cum în gândirea occidentală, plecând de la o reflectare asupra "exteriorului", apar soluții presupuse logice și coerente, pe aceeași linie cu ideile tradiționale ale Vedantei, pe care le susține ***Sahaja Yoga***.

Pentru ***Sahaja Yoga*** există efectiv un psihe colectiv. Cum am spus deja de-a lungul acestor pagini, psihe-ul individual este un aspect al acestei totalități (ca în imaginea hologramei). "Ego"-ul este cel ce-și asumă stabilirea iluziei separării și fragmentării.

În corespondență cu aceasta, *conștiința este colectivă*. Conceptul de conștiință este complex și supus unei multitudini de interpretări. Unii filosofi și psihologi vorbesc de "conținuturi ale conștiinței" prin care conștiința apare ca un fel de "recipient" unde intră și ies "lucruri". După părerea noastră, este de preferat să considerăm conștiința ca *martorul* sau *cel ce-și dă seama*. În realitate, limbajul e lipsit de termeni pentru o descriere mai completă, căci conștiința e o funcție ale cărei rădăcini se află în *Planul adevărului* și, după cum știm, orice referire la acest plan e imposibilă. "Atenția" este cea care se ocupă cu a aduce în fața conștiinței aspecte particulare ale tramei psihoenergetice. Întregul material psihoenergetic, care la un moment dat nu e la îndemâna "atenției" (ne referim la "atenția interioară" care se deplasează în psihe în mod dirijat, dar și spontan), se poate spune că "este inconștient" în acel moment.

Dacă ființa umană nu mai este un produs al "lumii exterioare", dacă nu e un obiect care printr-o transformare întâmplătoare a dezvoltat o "lume interioară", ci mai curând e vorba de o entitate psihică, care se transformă și evoluează și o face (ca și holograma) prin concursul colectiv a nenumărate părți (psihe-uri individuale) unde fiecare reflectă structura totalității, atunci, dacă așa ar sta lucrurile, ar fi mai înțelept să ne punem invers întrebarea asupra relației dintre psihe-ul individual și mediul exterior.

(1) Rupert Sheldrake, "La presencia del pasado" ("Prezența trecutului") și "Una nueva ciencia de la vida" ("O nouă știință a vieții"), Editorial Kairos, Barcelona.

Deci nu ar fi vorba de a face investigații asupra modului în care psihe-ul înfruntă mediul exterior, ci asupra rolului pe care-l joacă mediul exterior în evoluția și transformarea psihe-ului. În fond, e vorba de același lucru privit dintr-un unghi diferit de cel obișnuit. Trebuie să se înțeleagă că nu e vorba de a pretinde să afirmăm dogmatic că așa este, ci că ar putea fi altfel, de vreme ce e vorba de a "vedea cealaltă parte a medaliei". Ceea ce ne interesează în această scriere este ființa umană așa cum trăiește ea însăși, conflictul său interior și căutarea sensului, și nu discutarea structurii universului.

Plecând de la faptul că există ceva care enervează organele noastre senzoriale și că acest ceva este perceput de noi (insistăm asupra faptului că este perceput dinspre psihe) ca "mediu exterior", am putea observa că acest mediu exterior în relația sa cu psihe-ul (forma în care acționează asupra sa) are două trăsături de bază:

- *Este o "oglindă" a stării psihe-ului.*
- *Are o proprietate "plasmatică", cristalizatoare și concretizatoare a stărilor psihice.*

Calitatea de *oglindă* este exprimată în forma în care lumea exterioară reacționează la comportament și în felul cum comportamentul este consecința unor procese mentale.

Schematic, procesul ar putea fi următorul[1]:

- De la un "autoconcept" pe care-l dorim probat și experimentat în exterior generăm un sistem de atitudini.
- Atitudinile mobilizează gânduri care se constituie în structuri motivante și creează "necesități".
- Necesitățile sunt sprijinite emoțional. Emoția este energia pentru acțiune.
  - Energia emoțională declanșează comportamentul.
  - Comportamentul are un răspuns în exterior.
- Răspunsul mediului este perceput, apreciat de subiect și servește pentru a modifica "autoconceptul".

În fond nu e altceva decât dezvoltarea vorbei din bătrâni ce spune: "chipul este oglinda sufletului". Ceea ce se află în psihe-ul nostru iese în exterior sub forma comportamentului ("chipul"). Lumea înconjurătoare reacționează la chipul nostru și ne informează asupra necesității de schimbare. Sfatul vechilor înțelepți greci "cunoaște-te pe tine însuți" este mai ușor de urmat dacă observăm rezultatul comportamentului nostru, decât dacă ne limităm doar la a accepta propria noastră părere despre noi înșine.

(1) Un model general de acest tip este descris destul de clar de Ben B. Smith în "Como utilizar la magia de la autocibernetica" ("Cum să folosim magia autociberneticii"), Logos Consorcio Editorial, Mejico, 1976.

Calitatea *concretizatoare* sau *plasmatică* provine din legea valabilă pentru fizic şi pentru psihic şi care spune că "orice acţiune produce o reacţie echivalentă în sens opus". Reacţia este cu atât mai intensă cu cât acţiunea este mai puternică şi mai concretă. De exemplu: ne supărăm cu cineva şi simţim nevoia de a-l agresa. Atenţia noastră interioară se deplasează pe calea "rajas", iar chakra Vishuddhi (în afară de alte chakre) este comprimată. Generăm gânduri de agresiune şi fenomenul se acutizează. Dacă alimentăm gândurile, deteriorarea internă se intensifică şi ea. În final ne dezlănţuim agresiunea, poate mai întâi sub formă de vorbe şi apoi cu toată violenţa pe care o putem produce. În energia noastră psihică are loc o agresiune echivalentă, numai că noi suntem victima. În realitate, conceptul de *păcat* îşi are probabil originea în acest fenomen, deşi după aceea a fost utilizat, în scopuri de manipulare, de către administratorii ignoranţi şi nepricepuţi ai religiilor momentului.

Această deplasare şi percepere a energiei din planul fizic sau senzorial are un efect asupra psihe-ului pe care, într-un capitol anterior, l-am numit "simbolic", pentru că acţionează la nivelul profund al sensului şi semnificaţiei noastre şi a universului.

Pe scurt, e vorba de a scoate în relief importanţa extraordinară a comportamentului în relaţiile cu alte persoane şi cu tot mediul. Nu ne referim acum la aspectul moral sau de compromis social, care este alt punct de vedere valabil în contextul său, ci la aspectul psihologic şi psihoterapeutic. Un comportament neadecvat, ignorant şi distructiv tinde să întunece psihe-ul îndepărtându-l de "Planul Adevărului" şi întârziindu-i evoluţia. Înţelegerea, adaptarea la situaţie cu preţul sacrificiului unor valori ale ego-ului şi acceptarea valorilor universale, tind să "limpezească" energia psihică, amplificând participarea lui "sattwa" şi, ca atare, reflectarea "Planului Adevărului". Adică acţiunea în sensul *spiritualizării* energiei psihice.

Dar cum să ştii care e comportamentul adecvat ? În mod obişnuit luăm drept etalon valorile "ego"-ului care dispun în general de o claritate psihică redusă. Cum să obţii limpezimea dintr-un comportament care provine din întuneric ? Situaţia apare ca un paradox insolubil.

Soluţia provine, în parte, din faptul că situaţia reală nu este atât de lineară şi unidimensională cum am descris-o. Alături de "valorile ego-ului" ne însoţeşte permanent o intuiţie, uneori îndepărtată, a altor valori. Sunt invitaţii la schimbare. Dacă le respingem în mod sistematic, generăm un comportament atât de distorsionat, încâ uneori acumularea sa ne va exploda în faţă şi ne va produce o spaimă care poate ne va "trezi" din somnul ego-ului şi ne va face să corectăm "autoconceptul" şi comportamentul nostru.

Pe de altă parte, aceste "intuiţii îndepărtate" sunt susţinute de maeştrii autentici şi de profeţii pe care i-a avut omenirea. Maeştrii autentici (au existat şi mai există mulţi falşi maeştri) aduc în învăţăturile lor (sub formă de cuvinte) şi în propriul lor comportament, energia câmpului pur de "sattwa" care, aşa cum ştim, reflectă în psihe "Planul Adevărului".

Pentru ca un maestru să fie un maestru adevărat în "spaţiul său psihic individual" trebuie să existe predominanta lui "sattwa", pentru ca "Planul Adevărului" sau "Planul Divin" să poată fi exprimat în mod adecvat. Când învăţăturile unui maestru se transformă în normă, adică sunt luate "ad literam", şi este vorba de a le urma într-un mod rigid, cel mai adesea se creează doctrine autoritare şi inchizitoriale, cu rezultate de obicei negative. Ceea ce erau de fapt sfaturi flexibile însoţite de un exemplu plin de dragoste devine "lege fără drept de apel". Cele ce reprezentau limitări inteligente pentru a nu se depărta prea mult de "calea evoluţiei" devin reprimări dogmatice, care suprimă orice libertate şi autonomie. Ceea ce era valabil pentru un moment şi o situaţie concretă devine "principiu universal" ce trebuie urmat în orice situaţie şi loc, sub ameninţarea "pedepsei maxime" în caz de neîndeplinire. Când e vorba de psihe, există o graniţă îngustă între *raţiune* şi *superstiţie, între credinţă* şi *fanatism*, între *bun simţ* şi *dogmatism academic.*

Sahaja yoghinii dispun de un sistem de decizie privitor la comportamentul corect care, cu atenţia necesară, ar putea fi de o mare precizie. El se bazează pe faptul că tot ce există, se află pe niveluri energetice mai mult sau mai puţin subtile. Am comentat deja că diferenţa între "lume materială" şi "lume spirituală" (sau psihic în limbajul nostru) este doar o chestiune de terminologie. Doar dacă numim "material" ceea ce e "vizibil", şi "spiritual" ceea ce e "invizibil" (care este acolo unde se află originea primitivă a acestor concepte) putem menţine distincţia, dar în accepţia mai amplă a fizicii actuale – unde în conceptul de materie este inclus şi cel de energie oricare ar fi natura ei şi unde nu se poate spune că există ceva care să fie "realmente solid" – practic tot ceea ce e manifestat, adică tot ceea ce există, e material. Cu toate acestea, am putea spune că există o ierarhie de gradaţii în ceea ce priveşte nivelul de "soliditate" sau de "subtilitate" a ceea ce există. Doar nivelul cel mai grosier este perceput de simţuri şi este ceea ce numim fizic, dar mai sunt alte niveluri coexistând cu ele. Aceste niveluri subtile ale materiei sunt, în realitate, energetice, şi unele din ele afectează direct "chakrele". Cu alte cuvinte, ele sunt de natură "psihică". Acest nivel subtil este locul unde se joacă cea mai importantă parte a sistemului "acţiune-reacţiune" a comportamentului.

Cum am mai spus, un comportament este greşit, când are ca "reacţie" în psihe un blocaj al "chakrelor", iar aceasta este, ca atare, reacţia chakrelor în

fața comportamentului, ceea ce măsoară gradul său de "bunătate".

Un ***sahaja yoghin*** percepe în palme starea "chakrelor" ("chakrele" în propriul său organism psihic), dar apropierea oricărei energii care le afectează este de asemenea simțită. De exemplu, în fața unei cărți scrise de un "fals maestru" se va simți căldură în palmă (ceea ce corespunde "vidului"); dacă se intră într-un local unde se face comerț sau se degradează sexul, pot apărea înțepături la rădăcina palmei (Muladhara) etc.

Contactul cu alte persoane are efecte similare. "Chakrele" altei persoane (sau ale unui grup de persoane) sunt simțite în propriile "chakre". Astfel, un sahaja yoghin poate stabili un diagnostic asupra stării chakrelor altor persoane. Întrucât este vorba de un plan subtil, această conexiune nu necesită prezența corpului fizic al celeilalte persoane, iar senzațiile se produc chiar în fața unei fotografii, sau a numelui, sau a gândului la persoana respectivă. Există, desigur, diferențe de intensitate, ca și diferențe în capacitatea de percepție la diferiți ***sahaja yoghini***, inclusiv de la o zi la alta. Percepția necesită un antrenament al sensibilității și o "curățare" a propriului sistem.

Mai trebuie să amintim că "legătura sahaja" nu numai că permite un diagnostic al situației, dar permite și intervenția în ea acționând direct în plan subtil. Un ***sahaja yoghin*** poate, de exemplu, să ajute la deblocarea unei "chakre" deplasând energia cu propriile mâini, și în același fel *poate da inițierea sahaja (realizarea) altei persoane*, adică poate închide breșa existentă în canalul "sattwa" al psihe-ului altei persoane, permițând astfel trecerea spontană a energiei Kundalini. Vom reveni asupra acestui punct important, dar să reținem două concluzii ale acestui capitol. Un ***sahaja yoghin*** poate fi *propriul său maestru*, pentru că are cunoașterea modului în care orice conduită și situație afectează "chakrele". Un ***sahaja yoghin*** dobândește puterea de a *transmite conexiunea (legătura)* și altei persoane (așa cum o "lumânare aprinde altă lumânare" – spune Shri Mataji).

9. Zei și demoni

Am comentat la începutul acestor pagini că existența ființelor spirituale cărora le putem atribui un caracter divin nu e ceva pe care să-l vrem demonstrat aici, după cum nu dorim să demonstrăm nici existența "lumii exterioare". Ceea ce ne interesează însă este să arătăm efectele pe care le produc asupra psihe-ului, concepte ca cele anterioare sau, mai bine, ce vor să însemne, în termeni de energie psihică, "lumea exterioară" sau "zeitățile".

Ne-am referit deja în repetate rânduri la ceea ce numim *Planul Adevărului* sau *Planul Divin*, ca la o instanță despre care nu putem spune mai mult decât că este exterioară psihe-ului și reprezintă scopul final al evoluției. Orice idee de "absolut", atât în sensul de "ceea ce este adevăr", cât și în cel de "ființă", de "conștiință", sau de "libertate", trebuie situată în acest plan, de vreme ce este demonstrabil că în planul înțelegerii regizat de psihe nu este posibilă existența sa.

Oricare ar fi "Planul Absolut al Adevărului", el se reflectă în psihe și ceva din această reflectare ajunge la conștiință prin intermediul aspectului energiei psihice pe care l-am numit "sattwa". Orice "experiență" a divinului poate fi doar o experiență a acestor "reflectări", de vreme ce va fi întotdeauna o experiență psihică.

În Vedanta se poate citi că întreaga creație e compusă din cele trei aspecte ale energiei (rajas-tamas și sattwa) pe care le-am menționat deja în legătură cu psihe-ul, și diferențele între diversele tărâmuri și obiecte create provin din proporția diferită în care intervine fiecare din cele trei energii în compoziția lor. Astfel, se spune că în "natură" există o dominantă "tamas", în "om" – o dominantă "rajas", iar în "zei" – o dominantă "sattwa".

Pentru Jung, "zeii" sunt energii arhetipale ale inconștientului colectiv. Adică e vorba de entități reale diferențiate, căci psihe-ul uman le percepe ca diferențe, iar conceptul de arhetip presupune o structură și o "formă". Aceste arhetipuri "divine" și apariția lor recurentă în psihe-ul subiecților și societăților de pretutindeni, au fost cele care au dat naștere în psihologia analitică a lui C.G. Jung, conceptului de *inconștient colectiv*. Aceste arhetipuri apar în conștiința umană din locuri necunoscute ale inconștientului, cu forme diverse și prin intermediul diferitelor mijloace, după mediul cultural și tipul de persoană care servește drept receptor.

Rămâne de văzut dacă aceste energii arhetipale care apar în om cu izul de "supranatural" sunt realmente divine (din "Planul Adevărului"), sau provin din alte planuri psihice subtile cu caracter neevolutiv (adică sunt "diabolice"). Lăsăm această temă pentru mai departe şi vom trata mai întâi aspectele comune referitoare la "forma" şi "mijlocul" de apariţie.

Formele au totdeauna un caracter puternic "simbolic", adică sunt purtătoare de energii capabile de a produce o puternică impresie (transformare) în psihe-ul subiectului cu care intră în contact "arhetipul divin". Uneori e vorba de simboluri care se asociază direct cu fenomene, personaje sau concepte cu care există o relaţie în cotidian. De exemplu focul, furtuna, pădurea. Uneori e vorba de concepte mai abstracte ca "inocenţa unui copil" sau "mama" care exprimă tot sensul de protecţie şi hrănire maternă în aspectele sale cele mai ample şi generice (care se pot atribui nu numai mamei naturale, ci şi "mamei natură", "mamei pământ" sau "mamei lună", etc.), dar care totuşi pot dobândi "statut" de idee, prin asociere cu figuri cotidiene, ca de exemplu "un copil" sau o figură feminină cu caracteristici materne.

În unele ocazii, "simbolul" solicită mari transformări ale formelor naturale existente, pentru a exprima configurarea psihică generată de arhetip. Acesta este cazul "inorogului", "dragonului" sau "sfinxului". În sfârşit, se poate întâmpla ca tipul de "cunoaştere" care impulsionează arhetipul să nu întâlnească nici o corespondenţă în lumea formelor terestre şi trebuie să adopte, la nivelul ideilor, o formă mai abstractă cum e triunghiul sau circumferinţa (şarpele "uroboros" muşcându-şi coada), etc.

Toate aceste simboluri provin din inconştientul colectiv, au fost produse de figuri arhetipale pe care fiinţele umane le-au numit "zei" şi, prin pătrunderea în cultura cotidiană a popoarelor, au dat naştere la toate soiurile de mitologii şi religii existente.

Cât despre *mijlocul* de transmitere, şi aici au fost diferenţe între cazurile cunoscute. "Mijlocul" obişnuit pentru apariţia acestor energii divine a fost somnul. Toată lumea a avut cândva experienţa unui somn plin de putere şi semnificaţie, care chiar după trezire ne-a lăsat senzaţia de ceva "special", ceva pe care nu poţi să-l ignori. Biblia şi textele sacre ale tuturor religiilor sunt pline de referinţe la aceste forme de comunicare ale divinului.

Alteori comunicarea se produce când subiectul se află într-un stadiu alterat de conştiinţă. În unele cazuri a fost vorba de anomalii psihice sau organice, care afectează conştiinţa (epilepsia, de exemplu, a fost considerată o boală divină de către multe popoare primitive – faraonul posedat de zeu – etc.). În alte cazuri a fost vorba de stări induse prin exerciţii corporale (dansuri şi mişcări ritmice cu hiperventilaţie) sau prin droguri (ciuperci halucinogene, datura, etc.). În toate cazurile era vorba de ruperea controlului

protector al ego-ului care-l menţine pe subiect ancorat puternic într-o realitate a cărei stabilitate este asigurată de o anumită logică. În vise şi în acest tip de stări alterate există această împrejurare care-l situează pe subiect la un nivel relativ înalt de deschidere pentru forţele necunoscute ale inconştientului.

Producerea prezenţei arhetipale în timp ce subiectul se află în stare de veghe este un fapt mult mai rar, tocmai din cauza puternicei proiecţii a realităţii "rajas" controlată de ego-ul la care ne-am referit în alte capitole. În aceste cazuri, pentru a se manifesta, arhetipul trebuie să "rupă" logica "realităţii", ceea ce probabil necesită mult mai multă energie la arhetip şi mult mai mare sensibilitate la subiect. Fenomenul cel mai comun este reprezentat de acele "voci" care se aud vorbind în interior. Mai rar e cazul de "voci" care vorbesc din afară. De exemplu, un animal care vorbeşte, sau o plantă, sau o voce care iese din nori, sau din cer. "Viziunile" supranaturale aparţin acestei categorii mai puţin comune de manifestare a forţelor arhetipale, mai ales când e vorba de "viziuni colective". Mai frecvente sunt "viziunile" sau "apariţiile" individuale. "Rugul arzând", apariţiile de îngeri, reprezentările Fecioarei sau altor zeităţi, etc.

Toate aceste fenomene se pot produce, şi de fapt se produc, cu o anumită frecvenţă. Istoria este presărată cu semnalări ale lor şi ele au intervenit nu numai în formarea de mituri şi religii, ci şi în istoria politică a omenirii, de exemplu oracolele antice sau, chiar fără a merge atât de departe, dependenţa multor guvernanţi de fenomene de acest tip, proprii, sau de cele ale altor subiecţi (Hitler, Khomeyni, etc.). Problema ce se pune este aceea de a discerne când aceste fenomene paranormale sau supranaturale provin din energia "sattwa" (sunt divine, în sensul că reflectă "Planul Adevărului") sau din alte energii "rajas-tamas" care, aşa cum ştim, produc distorsiune şi dezechilibru. Acesta este un subiect cu adevărat important, căci tot ceea ce pare "extraordinar" tinde a fi considerat drept o "experienţă pozitivă".

Desigur că pentru gândirea ştiinţifică standard, aceea pe care am putea-o numi "ortodoxă" şi pentru care orice postulat de realitate provine din ceea ce semnalează simţurile, toate acestea sunt "prostii fanteziste", "halucinaţii" sau "procese patologice". Din fericire, nu toate atitudinile ştiinţifice sunt astfel, căci cu cea anterioară nu se poate dialoga, e atât de categorică şi fanatică în materie de "ştiinţă", precum era Inchiziţia din Evul Mediu în materie de religie. Dar dacă urmărim firul acestor comentarii şi încercăm să le asimilăm fără prejudecăţi, vom vedea cum în totul subzistă o structură cu sens. Nu numai pentru că o spune Jung, care are autoritatea unui recunoscut prestigiu, ci şi pentru că bunul nostru simţ nu se simte agresat şi simte că poate accepta aceasta.

Un "mijloc" într-adevăr important de manifestare al unui arhetip divin

(sau diabolic), chiar când poate să nu fie cel mai spectaculos, este *încarnarea*.

Această temă a apariției unor ființe de alt "rang" distinct de cel uman, în formă corporală și, desigur, cu corp uman, este ceva care suscită vii polemici. După părerea noastră, aceasta se datorează numai reprimării și atrofiei cu care este privit conceptul de "ceea ce este natural" și, reciproc, exagerării fantastice și halucinante care se atribuie "supranaturalului".

Primul aspect, atrofia a ceea ce e natural, provine din atât de des menționata problemă sau obișnuință de a confunda "naturalul" cu "senzorialul" care este ceea ce e fizic, real, cotidian, normal și viu etc. Al doilea aspect, exagerarea supranaturalului, se bazează pe încercarea nesăbuită de a atribui supranaturalului caracterul obiectelor și conceptelor aplicabile senzorialului, dar proiectat în infinit.

Astfel, de exemplu, întrucât puterea unei ființe umane se măsoară în termeni de "ego", puterea unui zeu (atotputernic) echivalează cu un "ego infinit de mare". Același lucru se întâmplă cu celelalte atribute, fapt pentru care apariția pe pământ a încarnării unui zeu trebuie să fie însoțită de fenomene neobișnuite (fulgere, plutirea în aer, facerea de minuni, mersul pe apă, etc.). Pe de altă parte, în cultura creștină (cultura occidentală în general) conceptul de "spiritual", adică ceea ce generează "supranaturalul" este puternic asociat cu "după moarte". Așa cum în viață nu încap alte experiențe decât cele senzoriale comune și "normale", tot astfel există o lume spirituală cu alte atribute, dar care este *separată* de lumea normală prin bariera morții.

Această idee a existenței a *două lumi* (a celor vii și a celor morți, unde se află atât zeii care răsplătesc cât și demonii, care torturează) este într-adevăr naivă și primitivă și nu e de mirare că a dat naștere la atâtea controverse și ateismului militant, care înseamnă autoamputarea unei părți a energiilor psihice.

În punctul de vedere pe care-l susținem aici *totul este natural*, inclusiv zeii și demonii, de vreme ce totul se află în același câmp psihoenergetic. În teorie, tot câmpul psihoenergetic ar putea fi accesibil conștiinței, dar nu nu se întâmplă așa datorită limitărilor evidente ale acesteia. Jung însuși descrie o zonă a inconștientului ca ceva care nu poate ajunge niciodată la conștiință: "el cuprinde acele conținuturi care apar imediat din miezul inconștientului nostru, ceea ce e mai profund și obscur, care nu ajunge niciodată la conștiință și care, asemenea unor corpuri străine, rămân veșnic neînțelese și nu sunt niciodată asimilate de ego. Ele au un caracter autonom și constituie nu numai conținutul nevrozelor și psihozelor, ci uneori și pe acela al viziunilor unor spirite creatoare. E foarte greu să diferențiem feluritele zone, care se prezintă de obicei în combinații, într-un fel de amestec, de vreme ce în realitate conștiința nu este *aici* iar inconștientul *acolo*. Psihe-ul reprezintă mai curând

o totalitate *conștient-inconștient*"[1].

Adică "totalitatea psihoenergică", cu toate conținuturile sale, rămâne permanent acolo "potential", atât cerul cât și infernul (care sunt aspecte ale energiei "rajas", "sattwa", și "tamas") influențează *deja* "psihicul nostru personal"; nu e nevoie să murim pentru a fi în legătură cu ele.

În acord cu aceasta, un "profet" este o ființă umană în al cărui psihe personal s-a produs o transparență foarte mare (a devenit evidentă prezența "sattwa") și, de asemenea, energia Kundalini a putut alimenta conștiința sa pentru a o ridica la nivelul la care se poate suporta prezența unui *arhetip divin* care, cu alte cuvinte, nu e altceva decât "Planul Adevărului" care acționează printr-o anumită configurație determinată de energia "sattwa". Am spus deja în capitolele anterioare că "chakrele" conțin în esența lor configurări de acest fel. În cele ce urmează vom reveni asupra acestui aspect.

Dar acum e cazul să ne oprim puțin asupra expresiei "o ființă umană" pe care am folosit-o într-un paragraf anterior. Ce înseamnă o "ființă umană"? Din punct de vedere fizic este foarte clar: există tot atâta diferență între ființele umane (inclusiv cele mai primitive) și specia cea mai apropiată (antropodele de orice fel doriți), încât este destul de ușor de stabilit o linie de demarcație. Dar ce se întâmplă în planul psihic ? Aici lucrurile sunt mai puțin clare. Opinia materialistă presupune cu nevinovăție că toate psihe-urile sunt egale (căci sunt un produs al corpului) și se diferențieză între ele doar prin educație.

După părerea noastră tocmai în psihe se află diferențele între unele ființe și altele. Diverse ființe cu același aspect fizic-omenesc, pot fi diferite unele de altele. Unele pot fi "profeți" sau "sfinți" (apropiați de un nivel de evoluție superior) iar altele "degenerate" (apropiate în scara evoluției de o treaptă inferioară).

Unul din acești "profeți" poate fi foarte apropiat (din punct de vedere psihic) de a fi un "zeu", sau chiar poate fi un zeu dat fiind că e vorba de "transparența" psihe-ului său în raport cu "Planul Adevărului". Ceea ce numim o ființă umană "normală" (în sensul statistic al termenului) va fi cineva care se va mișca pe o "porțiune" de "transparență" intermediară, într-un proces oscilant, profitând de libertatea capacității sale de a absorbi din "Planul Adevărului", pentru a se mișca dintr-un sens în altul. El este împins în sens "evolutiv" de forța "Planului Adevărului" (propria energie Kundalini acționează în acest sens) în măsura în care o primește, dar totodată este și atras de alte forțe dizolvante și involutive. Probabil că omenirea, ca un întreg, are un sold pozitiv și menține un sens permanent ascendent, dar

(1). Jolande Jacobi "La psicologia de C.G. Jung" ("Psihologia lui C.G.Jung"), Espasa Calpe, 1976, Madrid.

fără îndoială ființele individuale produc transformări ale cadrului lor psihic personal în toate sensurile: unii se ridică, alții coboară.

"Încarnarea" unei "zeități" (sau a unui "demon") sună a basm sau a mitologie arhaică dar, în realitate, ce e ciudat în așa ceva ? E vorba de încarnarea unei structuri energetice pe care, atunci când acționează în psihe, o numim "arhetip". Oare ce altceva suntem noi? Și "ego"-ul (ceea ce credem că suntem) este un "arhetip". O ființă umană este încarnarea unei structuri psihice de un anumit nivel de transparență, fără îndoială inferior celei pe care l-ar avea o așa numită "zeitate", dar procesul sau fenomenul care se produce este același. Am putea spune, simplificând, că diferența e mai mult cantitativă decît calitativă. În cultura Indiei se vorbește de încarnarea unor "zeități" care nu au știut ce erau (se credeau ființe umane "normale") până la un moment dat al vieții lor, când acumulaseră deja o anume maturitate. Cazul cel mai cunoscut și tipic este cel al lui ***Rama*** despre care se povestește o istorie cu trăsături mitice în Ramayana, dar care se crede că a fost un personaj ce a existat realmente.

Buddha însuși era un prinț înfricoșat, ca orice ființă umană cu suficientă sensibilitate, de "conflictul" vital la care ne-am referit deja în aceste pagini. Când a hotărât să-și dedice viața căutării soluției și după mari eforturi a dobândit "iluminarea", ceea ce s-a întâmplat în realitate este că a devenit conștient de calitatea sa de "zeitate". Cazul lui ***Iisus Christos*** este diferit, căci după ceea ce povestesc Evangheliile, încă de la o vârstă fragedă el era conștient de calitatea sa de trimis al Absolutului ("Planul Adevărului"). După cele ce cunoaștem despre ***Mahomed***, cazul lui a fost mai asemănător celui al lui Buddha, decât al lui Iisus.

E bine să observăm, în treacăt, că fiecare dintre noi ne aflăm în lume cu o anume "calitate" sau "transparență" în structura noastră psihică (psihe personal) și că acesta este *punctul de plecare* pentru orice progres pe care-l putem atinge în viață. Sunt persoane care cred că dacă fac aceleași lucruri pe care le-a făcut Buddha, vor deveni Buddha, adică vor atinge același nivel de "transparență psihică". Înșelați de climatul cultural materialist care ne înconjoară, nu-și dau seama că Buddha a atins acest nivel înalt pentru că și calitățile structurii sale psihice erau foarte înalte. În realitate ar fi ca și cum ai crede că oricine va urma cariera lui Einstein va deveni un Einstein, sau că dacă se antrenează același număr de ore cu un campion olimpic va fi și el campion olimpic.

Altă problemă diferită este: de ce o structură psihică cu atâta "transparență" ca aceea a lui Buddha, Christos etc. se întâlnește încarnată într-o perioadă istorică, sau generație umană, mult mai puțin evoluată ? O ființă de o asemenea anvergură psihică (spirituală s-ar putea spune, de vreme ce

"Planul Adevărului" este aproape total), indiferent dacă se cheamă "zeitate" sau "supraom" ori "om înalt evoluat", pare o nepotrivire față de ființele umane de un nivel mult inferior.

Ceea ce știm despre aceste figuri care au dat dovadă de un calibru "interior" atât de elevat se referă doar la ființe care au fost cunoscute public. În general, era vorba de mari reformatori sociali, întemeietori de religii importante etc. Nu știm dacă au existat "încarnări" de același nivel "interior" care să fi trecut neobservate. Cât despre cele cunoscute, caracteristica fundamentală comună a fost (privind din exterior) transformarea de curente ideologice după care să se ghideze societatea în acel moment. Aceasta este concluzia care se poate deduce din impactul lor în istorie și în acest sens nu încape nici o îndoială. Dar ce s-a întâmplat din punctul de vedere interior, din perspectiva "totalității psihoenergetice" ?

Nimic din ce se poate spune despre acest aspect nu este demonstrabil, iar concluziile la care se ajunge nu pot fi decât ipoteze mai mult sau mai puțin rezonabile.

După învățătura lui ***Shri Mataji***, "zeitățile" au legătură cu "chakrele" și anume calitatea psihică pe care o exprimă chakra este o energie cu autonomie căreia îi dăm numele de "zeitate", căci nu este altceva decât o anumită modulație calitativă în psihe, animată de "Planul Adevărului". Până aici nu e mare diferență față de teoria jungiană, căci "arhetipurile" lui Jung îndeplinesc condiții similare. Ele sunt entități energetice cu autonomie în psihe, mai mult sau mai puțin percepute în conștiință, după cum e cazul.

Când o "chakră" e blocată și calitatea pe care o exprimă nu se poate arăta în forma sa pură, adică dinspre "sattwa", se spune că "zeitatea e adormită" în chakră, și a face ceva pentru a debloca chakra este același lucru cu a încerca să "trezești zeitatea". Este doar un fel de a vorbi, dar ceea ce trebuie să observăm este că energiei din chakră i se conferă un caracter de autonomie care se poate "personifica" în termeni de "zeitate".

"Chakrele" de care dispune o persoană individuală nu sunt altceva decât reflectarea sau consecința "chakrelor" existente în "totalitatea psihoenergetică", adică "ființa umană colectivă" (Omenirea) sau psihe-ul, ori conștientul colectiv. Cum am spus într-un capitol precedent, o ființă umană individuală este ca o unitate a unui tablou holografic, care posedă toată informația tabloului, cu o mai mică intensitate (mai diluată). O ființă umană medie participă psihic și se află la înălțimea psihe-ului colectiv. Este ca un organism în care fiecare psihe individual este o celulă, deși ideea pe care o sugerează această imagine de a împărți totul în părți separate spațial nu este cea mai corectă. Dar unde dorim să ajungem, în rezumat, este această îngustă corespondență între părți (indivizi) și tot (psihe-ul colectiv).

În "ființa colectivă" există acești centri modulatori (chakre) în forma lor arhetipală primordială. În dezvoltarea și evoluția psihe-ului, chakrele au apărut treptat sau, mai bine zis, au fost activate pe măsură ce se producea procesul evolutiv. Activarea chakrelor a necesitat în unele cazuri "materializarea" în planul fizic și social (dat fiind că este ceva colectiv) a calității activate în "chakră".

Să ne amintim ideea, dezvoltată în capitolele anterioare, de corespondență între "lumea interioară" și "lumea exterioară". În legătură cu "deschiderea" sau "activarea" chakrelor, în psihe-ul colectiv se produce un fenomen care se poate observa simultan în diferite planuri:

- În *planul psihe-ului colectiv* apare o nouă "modulație calitativă" (corespunzătoare chakrei care este activată).
- În *planul psihe-ului individual* această calitate nouă se pune la dispoziția ascensiunii fiecărui subiect concret. Adică o ființă umană individuală poate atinge acum în psihe-ul său personal *conștiința* acestei calități și o poate include în procesul de evoluție al conștiinței. Faptul că reușește sau nu depinde de datele sale personale, dar "potențial" ea se află la dispoziția sa, ceea ce nu s-ar fi întâmplat dacă "chakra" nu ar fi fost activată în plan colectiv.
- În *planul fizic* apare cineva, o ființă umană care interior este încarnarea energiei chakrei care se activează, adică reprezintă încarnarea "arhetipului" psihic sau "zeitatea" chakrei. Aceasta se întâmplă în lumea umană prin exemplul său și expresia actelor sale (cu alte cuvinte, prin "simbolul" noii calități), calitatea care se activează. Am putea spune că această "calitate" se încarnează, capătă trup în energia densă a planului fizic, se face "realitate" în "lumea exterioară".
- În *planul social* se dezvoltă o doctrină sau un nou sistem de valori care se înrădăcinează în colectivitatea umană simultan cu stabilirea sa în psihe-ul colectiv.

Vom încerca să lămurim toate acestea prin exemplul lui Iisus Christos. Conform ***Sahaja Yoga***, Iisus Christos este "zeitatea" din "Agnya chakra". În scripturile Indiei venirea sa este profetizată și descrisă cu precizie. Numele care se referă la el este "Mahavishnu". "Calitatea" acestei chakre este, așa cum am spus, "iertarea". Dacă ne oprim la descrierile Bibliei, vom vedea că diferența între Vechiul Testament și Noul Testament se află tocmai în acest concept. Premisa Vechiului Testament era "ochi pentru ochi și dinte pentru dinte", cea a Noului Testament este "iartă chiar și pe dușmanul tău". Deschiderea acestei "chakre" presupunea probleme speciale căci era necesară producerea unor mari transformări în energia psihică colectivă (după cum ne învață ***Shri Mataji***) ceea ce presupunea în plan fizic asumarea unei

mari "penitențe". Arhetipul psihic al lui Mahavishnu încarnează, ca și Iisus Christos, "mielul jertfit", pentru a crea prin faptele și prezența sa uriașul simbol care avea să transforme psihe-ul colectiv oferind omenirii o nouă treaptă evolutivă. Sfârșitul său pe cruce simbolizează, de asemenea, încrucișarea care se produce în sistemul nervos la nivelul "Agya chakra", atunci când lanțul sistemului simpatic de pe fiecare parte se unește cu emisfera cerebrală de pe partea opusă.

În plan social învățătura sa se propagă ca o doctrină care creează o nouă abordare culturală.

În toate religiile se vorbește de aceste "arhetipuri divine" care apar în psihe-ul subiecților unor culturi și epoci foarte distanțate și prezintă ipoteza unei texturi psihice comune. "Panteonurile" religioase se schimbă în timp, în același fel în care se schimbă psihe-ul colectivității unde acționează. Dar, fără îndoială, în hinduism există o codificare mai fundamentată și mai riguroasă a acestor energii psihice arhetipale. În ***Sahaja Yoga*** se folosesc numele zeităților religiei hinduse pentru a desemna "energiile divine" care prezidează fiecare "chakră".

Această temă a mitologiei și religiei este foarte interesantă și ar necesita mult mai mult spațiu decât cel de care dispunem aici. Fără îndoială, cel mai important este să reținem faptul că un ***sahaja yoghin*** (cineva care a stabilit conexiunea între energia Kundalini și conștiință) poate invoca direct zeitățile din "chakre".

Există anumite formule de invocare (mantre) și se poate controla funcționarea lor prin vibrațiile din palme. Când se percepe blocajul unei chakre și se simte căldură sau înțepături în degetul mîinii respective, în termeni de energie înseamnă că prezența "zeității" chakrei se întunecă în psihe. Dacă acceptăm percepția "obiectivă" a vibrațiilor ca un indicator real și verosimil în sensul pe care l-am explicat, aceasta ar fi metoda de verificare prin extensie a veridicității altor afirmații pe care le facem aici. De exemplu, dacă acceptăm că vibrațiile răcoroase indică o mai mare "puritate" a chakrelor, iar căldura într-un deget -- un blocaj al unei anumite chakre, și dacă la pronunțarea "mantrei" zeității corespunzătoare căldura din deget dispare și cresc vibrațiile, ce putem conchide ? În principiu, că există o legătură între mantră și deget; dar ce explică această legătură ? E ca și cum am pleca de la structura pe care o propunem și, luând-o ca ipoteză, se pot stabili probe și verificări parțiale care atestă veridicitatea întregului.

Numele "arhetipurilor divine" care corespund fiecărei chakre sunt următoarele:

- ***Muladhara*** – Arhetipul inocenței este simbolizat în zeitatea numită ***Shri Ganesha*** care e reprezentată de un copil cu cap de elefant. Există în

acest simbol o mulțime de referințe la fenomene și calități psihice la care nu ne vom opri aici. Alt simbol al lui Shri Ganesha este "crucea încârligată" (svastika) cu brațele rotite spre dreapta.

Această cruce a fost utilizată și ca simbol al "magiei albe". Când e reprezentată cu brațele rotite în sens invers (către stânga) este simbolul magiei negre (antiinocență) care a fost luată și utilizată în simbolistica "naționalist socialismului" hitlerist.

• ***Swadisthana*** – Zeitatea este ***Brahmadeva*** ca derivat din Brahma, zeul creator. Să ne amintim: "creativitatea" este calitatea generată în psihe de această "chakră".

• ***Nabhi*** – Cum știm, calitatea care se produce prin aceată chakră are legătură cu "susținerea" organismului fizic și psihic. Are legătură cu bunăstarea și satisfacția pe plan psihic și fizic (organe de nutriție și asimilație etc.). Arhetipul care simbolizează aceste calități primește în hinduism numele de ***Shri Vishnu***.

• ***Vidul*** – În această zonă a psihe-ului se află "breșa" din canalul "sattwa" care împiedică trecerea spontană a lui Kundalini. Mai este cunoscut și sub numele de "oceanul iluziei" și a-l traversa este o condiție indispensabilă a mântuirii. Ajutorul pentru a face această traversare (în absența lui Kundalini) îl găsim în "principiul de maestru" (Guru Tattwa) care se încarnează în lumea exterioară. În ***Sahaja Yoga***, când se închide breșa din "sattwa" și Kundalini începe să urce, "principiul de maestru" este activat în fiecare subiect, care devine "propriul său maestru" cunoscând starea "chakrelor" sale prin intermediul vibrațiilor. ***Shri Mataji*** ne spune că au existat zece încarnări ale acestui arhetip al psihe-ului colectiv în lumea exterioară. Numele generic care se folosește în invocări este acela al lui ***Shri Dattatreya***, care este un nume mitologic, dar personajele istorice în care s-a încarnat acest principiu de-a lungul timpului sunt cunoscute, unele în cultura occidentală ca de exemplu Avram, Moise, Socrate, Zoroastru, Mahomed, dar mai sunt și Lao Tse și Confucius și alții precum Guru Nanak și Raja Janaka. Este vorba de un "arhetip divin" încarnat în repetate rânduri sau, dacă preferăm să-l vedem în altă formă care să apară mai accesibilă minții și gândirii occidentale, e vorba de persoane atât de transparente în interiorul lor psihic, încât reflectarea "Planului Adevărului" ajungea la conștiința lor cu claritatea și puterea necesară pentru a fi mesageri sau profeți ai "adevărului" în societatea umană. Propria lor structură psihică "modula" această reflectare (o traducea din punct de vedere calitativ) în forma în care o face "principiul de maestru" în "vid". În realitate, e vorba de moduri diferite de a exprima același lucru. Când cineva a ajuns la acest punct (sau este pregătit) de a fi o reflectare a "Planului Divin al Adevărului" la acest nivel, acest lucru se întâmplă pentru

că el are un asemenea grad de transparență interioară încât i se poate da calificativul de "zeitate".

• ***Anahata – Shri Jagadamba*** este un simbol reprezentat de o zeiță așezată pe un leu. Ea este "zeitatea protectoare" a cărei stare "activă" comunică o profundă senzație interioară de securitate (leul reprezintă "gardianul teritoriului" psihic individual).

În această zonă a psihe-ului personal se află de asemenea – spune ***Shri Mataji*** – *Sinele* care este reflectarea noastră particulară a "Planului Adevărului" adică sămânța "ființei noastre ca zeitate". Numele simbolic este ***Shri Shiva***.

• ***Vishuddhi*** – "Zeitatea" care încarnează calitatea "detașării de rezultatul acțiunilor noastre, de imaginea noastră, etc." (am amintit calitățile chakrei într-un capitol anterior) este ***Shri Krishna***. Este vorba de un personaj mitologic deși se crede că a existat realmente, cu mult înainte de venirea lui Christos. În India există multe lucrări sfinte care vorbesc despre acest personaj, iar în religia hinduistă el este una din figurile principale în cadrul unui panteon ocupat de numeroși zei și zeițe. Poate opera cea mai semnificativă și din care se desprinde cel mai bine calitatea tipică a acestei zeități arhetipale este Bhagavad Gita (Cântul Domnului)[1]. E vorba de o narațiune unde Krishna îl învață pe Arjuna Karma Yoga (yoga acțiunii dezinteresate sau "detașate"). Lectura acestei cărți este recomandabilă, căci te poate ajuta să te apropii (și să te "deschizi") energiei acestei "zeități", ceea ce echivalează cu reducerea presiunii psihice asupra acestei chakre ("trezirea" acestei zeități), dar trebuie găsită o ediție "curată", adică bine făcută și lipsită de comentarii care, de obieci, sunt tendențioase. Există unele versiuni comentate de "pseudomaeștri" care au proprietatea de a bloca și mai mult chakra.

• ***Agnya*** – Am spus deja că numele calității care strălucește în puritatea acestei chakre este "iertarea". Zeitatea care a reprezentat pe pământ drama (simbolul) necesar pentru a deschide această calitate în psihe-ul colectiv pentru întreaga omenire a fost ***Iisus Christos***. El este cel care așteaptă tăcut în fiecare individ, ascuns în profunzimile inconștientului și pulsând ușor în conștiință în rarele ocazii în care-i mobilizăm energia în acțiunea noastră.

Dar miracolul extraordinar pe care l-a împlinit Iisus Christos în societatea umană și în psihe-ul colectiv a necesitat o anume pregătire. Adică giganticul simbol conturat de Iisus Christos a trebuit să se sprijine pe alte simboluri pregătitoare. Artificiile acestor simboluri au fost "încarnări" la fel de măreție care și-au parcurs în paralel traiectoria în "planul fizic". E vorba de ***Buddha*** și ***Mahavira***. Ambii au fost întemeietori de religii importante, primul (Bu-

(1) Există o traducere direct din sanscrită, pregătită de Dr.Rodriguez Adrados, în "Atma y Brahma" ("Atma și Brahma"), Editora Nacional, Madrid, 1977.

ddha) este asociat în planul psihic cu conceptul de "compasiune", iar Mahavira cu acela de "non-violență", sintetizate apoi în "iertarea" elaborată în figura lui Iisus Christos.

• ***Sahasrara*** – După cum știm, în această chakră se produce un fenomen de integrare a ansamblului de proprietăți ale psihe-ului pe care le-am numit "calități" și care colorează "gustul de noi înșine" și al universului pe care-l percepem.

O imagine reprezentativă a acestei situații se întâlnește în formarea culorilor curcubeului prin refracția luminii albe. În curcubeu sunt șapte culori de bază sau șapte calități fundamentale, dar lumina albă este "integrarea" tuturor.

Acum s-ar putea pune problema unei scurte teorii cu caracter ontologic. E vorba de faptul că "Planul Adevărului" care reprezintă Absolutul, Divinul și Nemăsurabilul se distorsionează (sau așa pare) pentru a forma "planul psihic" din care un aspect este "planul fizic" cunoscut de simțuri. Dar, într-un punct al acestui proces și anterior "planului psihic" pe care alteori l-am numit "totalitate psihoenergetică" și pe care îl putem denumi de asemenea "creatul" sau "manifestatul", pare să se fi produs o formațiune "ternară". E vorba de "ceva" foarte apropiat de "Planul Adevărului", dar care deja presupune "desfășurarea Planului" și constă în genetica la nivel spiritual, pe care o putem simboliza prin perechea "Tată-Mamă". Putem spune că această calitate primordială se află la baza oricărei alte calități imaginabile. În hinduism, această "pereche spirituală" este numită *Shiva-Shakti*, indicînd astfel conștiința absolută prezentă în contemplarea universului (Shiva), dar imposibil a fi separată din rețeaua energetică care este universul însuși (Shakti). Conceptul de Shakti este echivalent cu cel de "energie primordială" dar reprezintă de asemenea, la acest nivel, "Mama Supremă". În tradiția iudeo-creștină aceste două concepte sunt explicate prin *Tatăl-Duhul Sfânt*. În Taoism se spune poetic: "*Unul* face pe *al doilea*, al doilea face pe *al treilea* și al treilea face cele zece mii de lucruri", ceea ce în realitate este același lucru, deși nu se face referință directă la calitatea procreatoare (unul care "face" pe al doilea, etc.), la conceptul de Mamă.

În țările cu educație și religie creștină, conceptul de *Mamă Primordială* se află într-o poziție prost structurată. Aceasta poate să se datoreze puternicei amprente "patriarhale" a culturii iudaice a Vechiului Testament de care Noul Testament (creștinismul propriu-zis) nu a reușit să se elibereze. În această cultură creștină personajul cel mai apropiat de "încarnarea" conceptului de Mamă Primordială este ***Fecioara Maria***. Dar la o mică analiză a structurii panteonului creștin ajungem la concluzia că locul conceptual în care se situează Fecioara nu este simetric cu cel al Tatălui Divin. Fecioara Maria

este Mama lui Iisus Christos (Fiul lui Dumnezeu), dar forma în care e prezentată în Scriptură și rolul care i s-a atribuit în diferite Biserici creștine este net inferior celui al Fiului său, cu atât mai mult inferior aceluia al lui Dumnezeu cel Atotputernic (Tatăl).

Pe de altă parte, conceptul de ***Duh Sfânt*** are în limbaj o conotație masculină și este una din imaginile "treimii", mai greu de înțeles.

Cum ar putea un Tată Spiritual să aibă un Fiu fără o Mamă ? întreabă uneori ***Shri Mataji*** în programele publice.

Să nu uităm că vorbim de concepte, adică de structuri de semnificație care sunt energii în psihe-ul nostru. Nu știm cum s-au întâmplat toate acestea în Plan Divin și nici ce este aceea care acolo are sau nu sens. Discuția noastră trebuie să se limiteze la conceptele pe care le poate manevra mintea și imaginația noastră. La acest nivel mai umil pare mult mai înțelept să acceptăm conceptul simetric ***Tată-Mamă*** unde Tatăl reprezintă calitatea formatoare (conștiința) iar Mama "substanța" (energia). Din punct de vedere psihologic știm că arhetipul ***Mamei*** este de importanță capitală și că apare animat de energia sa "numenală" cu mai multă putere decît acela al ***Tatălui.***

Chakra ***Sahasrara***, care este integrarea tuturor celorlalte chakre, este prezidată de energia ***Mamei Primordiale*** a cărei denumire în sanscrită este ***Adi Shakti***. Întemeietoarea ***Sahaja Yoga***, ***Shri Mataji Nirmala Devi***, întrupează această energie și tocmai această împrejurare este aceea care îi permite să realizeze unirea în brește canalului "sattwa" așa încât energia Kundalini să poată atinge chakra Sahasrara și s-o traverseze. Misiunea lui Shri a fost deschiderea acestei chakre pentru a da posibilitatea umanității să-și asume și să găsească loc în conștiința sa calității integratoare. ***Sahaja Yoga*** este consecința practică ce permite să se profite la maximum de acest fenomen.

Shri Mataji se descrie pe sine însăși și opera sa în acest fel și acest fapt constituie un handicap în mintea occidentalilor pentru a accepta învățătura sa. Pentru mentalitatea occidentală obișnuită cu obiectivarea și unde este real doar ceea ce se poate percepe cu simțurile, a spune că cineva întrupează esența puterii (shakti) lui Dumnezeu nu are sens, dacă nu e demonstrat prin minuni senzoriale, ca de exemplu: să mergi pe apă, să transformi apa în vin sau să zbori.

Nu e ușor să accepți că "supranaturalul" este la fel de natural și că divinul strălucește alături de noi și în interiorul nostru. Iar el se află, mai ales, în interior, unde se elaborează universul fiecăruia. Aceasta nu este misticism, ci psihologie elementară.

"Divinul" propriu-zis este ceva care se poate postula doar în afara psihe-ului. L-am numit "Planul Adevărului" și, cu nivelul de conștiință cu care ne descurcăm acum, putem percepe doar reflexe ale acestui plan, când în

interiorul nostru apare, chiar slab, aspectul "sattwa" al energiei psihice.

Că ceea ce spune ***Shri Mataji*** este adăvărat și poate fi cunoscut doar dacă ar exista vreo formă de radiografie a interiorului, a psihe-ului, pentru a-i putea determina gradul de transparență. ***Sahaja yoginii*** posedă un aparat radiologic de acest fel. E vorba de capacitatea de a percepe "vibrațiile" nivelului subtil. Am spus deja că în prezența a ceva care reflectă "Planul Adevărului" se simte o ușoară "briză răcoroasă" mângâind palmele. Cealaltă metodă poate fi doar observarea, analizarea învățăturii sale, a comportamentului său etc.

Și totuși trebuie să recunoaștem că suspiciunea acestui tip de mentalitate obiectivantă, care predomină în culturile occidentale, este justificată. Maxima "nu este aur tot ce strălucește" este mai aplicabilă acestui tărâm al psihicului (sau spiritualului, dacă vreți), decât oricărui altul. Tocmai faptul inexistenței unor posibilități de verificare obiectivă, permite să fie prezentate ca "adevăr" o mulțime de înșelătorii de diverse calibre, unele de-a dreptul "diabolice" și nu ne referim doar la maeștri spirituali, sfinți și sacerdoți de culte diferite, ci și la psihologi, terapeuți și alte personaje care se arată împodobite cu demnitate științifică.

Problema este că psihe-ul nu adăpostește doar *zei* ci și *demoni* sau, pentru a-i numi cu o expresie cu mai mică încărcătură peiorativă, "forțe oponente". Universul întreg e plin de energii care se mișcă în sensuri opuse. Bacterii, viruși și alte ființe de dimensiuni microscopice ne țin în șah organismul. Totuși există zone de echilibru unde aceste forțe par să acționeze în favoarea noastră (ba chiar sunt necesare), dar care, dacă se depășește o anume limită, devin inamici distrugători. Poate că natura are nevoie de o confruntare permanentă.

Omenirea de pretutindeni și dintotdeauna a tremurat în fața "spiritelor rele". Faptul că există ceva care poate fi numit "malign" e dincolo de orice îndoială. Faptul că un sceptic preferă să califice fenomenele unde apar aceste forțe drept "imaginație", "istericale" sau "psihoze" nu elimină problema și singurul lucru pe care-l face este să-i schimbe numele. Există studii realizate de medici, psihiatri și alți oameni de știință asupra unor fenomene de "posesiune" și alte manifestări cu caracter "obscur" sau "tenebros", în fața cărora societatea convențională preferă să rămână neștiutoare. Dar nu e necesar să se ajungă la extreme; în interiorul fiecărei ființe umane forfotesc, în mod constant, energii de tot felul și – în același mod în care e posibil ca o anume ființă excepțională să aibă o anumită transparență interioară și să reflecte "Planul Adevărului" și un nivel de conștiință atât de înalt, în acest plan uman care poate fi numit o "încarnare a Divinului" – există de asemenea ființe a căror opacitate la "Planul Adevărului" le transformă în "negarea

acestui Plan", și care pot fi considerate "încarnări diabolice".

Cum am afirmat anterior, ceea ce se opune liniei evoluției (adică favorizează involuția) se produce în "totalitatea psihoenergetică", în aspectul "rajas" sau în aspectul "tamas" al energiei psihice. Ca atare, putem vorbi de "două tipuri de demoni". Demonul "rajas" care prin natura energiei "rajas" are un caracter mai mefistofelic, înșelător și rătăcitor, nu va fi atît de interesat în involuția propriu-zisă, cât în a ne împinge spre căi de dezvoltare greșite. El ar fi "seducătorul paradisurilor artificiale". Personajul lui "Lucifer" din Biblie se asociază cu conceptul tot luminos deși "orbitor" al energiei "rajas". În schimb, "demonul tamas" se apropie conceptual de ideea pe care o avem despre "Satana". O putere într-adevăr obscură, întunecată, provenind din niveluri ale inconștientului deja depășite de conștiința umană.

Aceste forțe ale "inconștientului universal" apar încarnate în personaje care le reproduc mai mult sau mai puțin fidel în lumea fizică, în societate și uneori se prezintă ca maeștri sau conducători sociali. Mai pot fi întemeietori de credințe sau ghizi spirituali.

A reuși depistarea lor nu este un lucru ușor, căci folosesc un limbaj asemănător celui al "adevăraților profeți și maeștri". Învățăturile lor sunt de obicei seducătoare, căci se plasează pe linia modelelor sociale ale epocii, unii sunt capabili de a realiza miracole de tip "paranormal" și au o mare capacitate de sugestie. Un sahaja yoghin, în prezența unor astfel de maeștri (sau a operei lor, a imaginii, etc.) va simți căldură în chakre, dar, dintr-un punct de vedere exterior, dacă se observă încotro duce învățătura lor sau propria lor viață și comportament, se vor găsi "fisuri" și "contradicții" destul de evidente. Un pericol pentru propria evoluție este a cădea în "plasele" acestor falși profeți, dar un altul, relativ echivalent, este a se menține pe o poziție rigidă și sceptică negând și respingând totul.

În încheierea acestui capitol și în sprijinul ultimelor comentarii prezentăm câteva versuri ale lui Rumi, un faimos poet și filosof "sufi" din Evul Mediu:

- Falsul derivă din asemănarea sa cu adevărul.
- Dorința de adevăr e cea care-i determină pe oameni să cumpere falsul.
- Amestecă veninul cu zahăr și-l beau pe loc.
- Nu spune că toate credințele sunt false.
- Falsurile îmbibă inimile cu parfumul adevărului.
- Nu spune că totul este himeră rătăcită.
- Nu există nici o himeră în univers fără un sâmbure de adevăr.
- Adevărul este noaptea cu putere ascunsă printre alte nopți.
- Printre cei care îmbracă zdrențe se află doar un Fachir. Caută bine și descoperă-l pe cel adevărat.
- Spune credinciosului prudent și perspicace cum să-l distingă pe rege de

cerşetor.

◗ Dacă nu ar fi bine şi rău în lume, orice nătâng ar putea fi un negustor abil, căci atunci dificila artă de a judeca binele ar fi uşor.

◗ Dacă orice lemn ar fi obişnuit, nu ar mai exista aloe.

◗ Cel ce acceptă totul ca adevăr este un prost. Dar cel ce spune că totul este fals este un războinic[1].

(1) Rumi, "El Masnavi", Vision libros, Barcelona, 1984.

10. Evoluţia în planul psihic

În ceea ce priveşte corpul fizic nu mai e nici o îndoială că acesta s-a format printr-o lungă evoluţie care începe printr-o entitate unicelulară şi trece prin multiple etape. Aceste etape includ, aşa cum presupune ştiinţa actuală, stadii marine nevertebrate, amfibii şi în final mamifere, până la a atinge forma şi caracteristicile pe care le posedăm actualmente.

Mitul biblic al Genezei unde Dumnezeu îl creează pe om după chipul şi asemănara Sa, suflând peste o plămadă din pământ, poate fi doar o alegorie aşa cum sunt şi descrierile multor alte mituri de creaţie asociate cu religii şi credinţe diverse.

Este recunoscut faptul că dezvoltarea ontogenetică, adică procesul dezvoltării ovulului fecundat până la a deveni un făt gata de a se naşte, reproduce procesul filogenetic, adică etapele evolutive şi transformările suferite de specie de-a lungul erelor.

Dar dacă acest corp fizic a evoluat,de ce n-ar fi făcut-o şi psihe-ul în acelaşi fel? În atitudinea epistemologică a ştiinţei convenţionale ("exteriorul" serveşte de bază "interiorului"), psihe-ul apare şi se dezvoltă pe baza corpului (sistemul nervos în special şi glandele endocrine) întrucât transformările corpului implică, în mod logic, transformări concomitente în psihe şi conştiinţă.

Punctul de vedere pe care am preferat să-l adoptăm aici este până la un anumit punct, invers: "exteriorul" (corpul) este doar un "simptom vizibil" al "totalităţii psihoenergetice" (ceva asemănător cu partea de deasupra apei a icebergului), dar ceea ce justifică evoluţia corpului este că se produce o evoluţie în psihe-ul uman (la nivelul fiecărui individ al speciei), ca şi evoluţia "corpului social" (cultura, sistemele de credinţe şi relaţii, etc.) sunt simptomul unei evoluţii a *psihe-ului colectiv*.

În plan fiziologic s-a descris o stratificare în masele neuronale ale creierului care sugerează o evoluţie a funcţiunilor sale. Astfel, se menţionează zonele corticale ca fiind ultima achiziţie a creierului. Sub acest strat se află sistemul limbic, responsabil cu afectivitatea şi, într-un strat inferior, mult mai primitiv, creierul de reptilă, care se ocupă în principal de adaptare şi supravieţuire.

Din punct de vedere strict psihologic, unii cercetători de renume ca

Gebser, Neumann şi Whitmont[1] s-au ocupat de problema evolutivă, considerând conştiinţa drept "protagonista" evoluţiei. Am comentat deja în paginile anterioare că a ne referi doar la conştiinţă sau doar la corpul fizic (sistem nervos, etc.) e ca şi cum am trata o monedă doar dinspre o singură faţă a ei.

În abordarea pe care o propunem aici, "conştiinţa martor" este un aspect al psihe-ului, iar de cealată parte (aceea a conştiinţei martor) se află energia psihică în sine. Ceea ce evoluează este, aşadar, binomul "conştiinţă-energie"[2]. În evoluţia aspectului "conştiinţă" se produce o schimbare pe care am putea-o numi "cantitativă" (măreşte puterea, nivelul sau subtilitatea); în schimb, în energia psihică transformarea are un caracter mai mult "calitativ". Am făcut deja referire la activarea diferitelor "chakre" sau "vârtejuri" ale psihe-ului colectiv, care presupun tot atâtea etape de bază ale evoluţiei.

Conform învăţăturii ***Sahaja Yoga***, sensul întregii existenţe este evoluţia. Evoluţie înseamnă transformarea "conştiinţei-energie" individuale pusă acolo unde energia este atât de subtilă că doar "sattwa" este preponderentă şi, ca atare, "Planul Adevărului" (care este de libertate şi bucurie) se reflectă în faţa conştiinţei în toată realitatea şi divinitatea sa. În ceea ce o priveşte, conştiinţa trebuie să capete capacitatea şi puterea de a fi martoră a acestei splendori.

Toate acestea se produc prin intermediul unei spirale evolutive care se exprimă, în primul rând, în "psihe-ul colectiv", ca potenţialitate, şi apoi fiecare individ izolat trebuie să o reproducă şi să o testeze în propria sa energie psihică şi în propria sa conştiinţă.

În studierea dezvoltării embrionului fizic uman observăm cum fiecare individ începe de la zero, dar în câteva luni recuperează întregul proces transformator pe care specia l-a realizat în milioane de ani. Am putea presupune că acelaşi lucru se întâmplă şi cu psihe-ul, şi că fiinţa umană la naştere (sau chiar înainte de naştere), trăieşte climatul psihoenergetic pe care l-a trăit umanitatea în epoci trecute, dar care apoi, în primii ani de existenţă, parcurge şi transformă cu mare viteză "aducerea la zi" până la jumătatea vieţii, unde (după părerea lui Jung), "sinele" începe să dea semne de trezire.

Cercetătorii evoluţiei psihe-ului sunt de acord în ceea ce priveşte etapele de bază şi modul de a interpreta sensul lor. În comentariile noastre şi

(1) Jean Gebser, "Ursprung und Gegenwart" ("Trecut şi prezent"), Deutsche Verlagsanstalt. Erich Neumann, "The Origin and History of Consciousness" ("Originea şi istoria conştiinţei"), Harper and Row, New York, 1968. Edward Whitmont, "El retorno de la Diosa" ("Întoarcerea Zeiţei"), Argos Vergara, Barcelona, 1984.

(2) Opera lui Therese Brosse ("Conciencia-Energia"â"Conştiinţa-energie", Taurus Ediciones, Madrid, 1981) oferă puncte de vedere interesante în acest sens.

explicarea punctului de vedere al ***Sahaja Yoga*** vom folosi, drept referinţă a domeniului ştiinţific şi intelectual al culturii occidentului opera a doi autori pe care i-am menţionat în capitolele anterioare. Unul din ei este *Edward C. Whitmont*, un terapeut şi profesor al curentului de gândire jungian (director al Consiliului Centrului de Studii C.G. Jung din New York etc.), iar celălalt, *Ken Wilber*, un erudit şi teoretician al psihologiei transpersonale[1].Credem că aceşti autori reprezintă un amplu sector a ceea ce s-ar putea considera psihologia avangardistă a actualităţii. Vom pleca de la trei ipoteze tratate cu profunzime în opera acestor autori şi pe care ne vom mărgini la a le enunţa:

① Evoluţia psihică se manifestă ca transformări energetice succesive. Aceste transformări se pot descrie ca trecerea de la o structură energetic la alta. Semnificaţia fiecărei structuri se poate condensa într-un simbol sau o figură simbolică căreia i se dă numele de "arhetip"[2].

② Întregul proces de transformare urmează un drum circular sau mai bine zis o *spirală*, căci pare să revină în aceeaşi zonă de unde a pornit dar, evident, o face la un nivel superior.

③ Simbolul arhetipal care se întâlneşte atât la începutul cât şi la sfârşitul procesului, se poate descrie ca fiind cel al Marii Mame, sau Mama Primordială (Marea Zeiţă, dacă preferăm o terminologie mitologică sau religioasă).

În ***Sahaja Yoga*** ideea de evoluţie este de mare importanţă. Am enunţat deja că cele două concepte de "bun" şi "rău", care nu pot fi decât relative, dobândesc un caracter "absolut" dacă sunt legate de un presupus obiectiv

(1) A se consulta în special "El retorno de la Diosa" ("Întoarcerea Zeiţei") de Whitmont şi "El proyecto Atman" ("Proiectul Atman") al lui Wilber (opere deja citate). Nu trebuie să se înţeleagă că ***Sahaja Yoga*** împărtăşeşte literalmente opiniile acestor autori; e vorba doar de a utiliza ca referinţă o structură care prezintă un caracter sintetic de curente de gîndire ce au deja o anume solvabilitate în cultura noastră. De exemplu, în cazul lui Whitmont, "Zeiţa" care "se întoarce în psihe-ul" contemporan este descrisă cu caracteristici similare "Zeiţei originilor" ("Eros-Tanathos"-ul primordial) când, după părerea noastră, "Zeiţa", care apare în mod efectiv, trebuie să aibă un caracter superior, sublimator al energiilor mai joase. "Întoarcerea" nu este "circulară", ci în "spirală". Ne întoarcem la acelaşi punct al "verticalei", dar la un nivel mai înalt. Deşi în opera lui Whitmont este enunţată şi această evoluţie ascendentă, atributele cu care descrie "noul arhetip" par contaminate de confuzia "vitalistă" a timpurilor noastre unde, cum ştim, "rajas" este predominantă.

(2) Jung însuşi, de-a lungul întregii sale opere, şi în mod particular în "Simbolurile de transformare", tratează această temă a ecloziunii de arhetipuri succesive în psihe până la a atinge arhetipul fundamental al "Sinelui".

final al evoluției. Astfel, "bun" este ceea ce favorizează atingerea acestui obiectiv, iar "rău" este ceea ce îngreunează aceasta sau promovează o transformare în sens invers (către involuție). Existența unui obiectiv al evoluției, adică un "loc fixat dinainte" (punctul "Omega" al lui Teilhard de Chardin), nu e ceva care să poată fi demonstrat dincolo de ipotezele care se pot face mai mult sau mai puțin justificat. Jung postulează existența "Sinelui" (Selbst) ca obiectiv către care tinde conștiința. În tradiția orientală, un concept similar primește numele de "Atman". În ***Sahaja Yoga*** se propune o ipoteză de acest tip. Unitatea "conștiință-energie" (adică psihe-ul fiecărui individ) evoluează dobândind mai multă "transparență", care echivalează cu a spune că această conștiință capătă mai multă putere și energia trece de un nivel predominant "tamas" la un altul predominant "sattwa". Când crește "dominanta sattwa", crește și prezența "Planului Adevărului" în conștiință, dat fiind că "sattwa" îl reflectă fără distorsiuni. La limită, "reflectarea Planului Adevărului" în "sattwa" va fi greu de diferențiat de "Planul Adevărului" însuși. În acest punct, se afirmă în hinduism, "Atman" este "Brahman" (conștiința iluminată se identifică cu Absolutul).

Motorul acestei transformări este "puterea dorinței" pulsând în sânul energiei "tamas", iar agentul executor, cel care realizează toate mișcările necesare pentru ca schimbarea să se producă, se întâlnește în "rajas" unde se află capacitatea de acțiune.

Marea armonie a întregului mecanism derivă din faptul că energia care îndeamnă spre evoluție se percepe ca dorință. Cu alte cuvinte, se dorește să se meargă în acest sens și se fac eforturile (cu "rajas") necesare. Aceste "eforturi" aparente nu se trăiesc niciodată ca "sacrificii", de vreme ce sunt "dorite". În același fel, sportivul care escaladează un munte trebuie să facă eforturi mari, dar dorința de a ajunge pe culme face ca eforturile sale să fie plăcute. În "involuție" se întâmplă același lucru (dar în sens invers). "Involuția" se produce căci dorința se stinge și subiectul cade la niveluri ale "tamas" mai conforme cu dorința sa.

De aceea, tot ceea ce se petrece în mod spontan sau "natural" este plăcut. Sunt persoane care doresc să crească interior și fac ceea ce trebuie pentru a reuși, în același fel cu cel înfometat care caută ceva mâncare. În organism se produce o tensiune (pe care o trăim ca dorință) și rezolvarea ei produce plăcere. Alte persoane nu simt această tensiune și nu fac nimic (sau aproape nimic) pentru a crește, ceea ce este singurul lucru pe care-l pot face.

Și aici se poate ivi o problemă, ca întotdeauna atunci când ***"ego"***-ul își vâră coada. Ea e consecința apariției "pseudo-dorințelor" în minte. Din cauza condiționărilor sociale (a influenței mediului socio-cultural și educativ care începe cu părinții), mintea, adică planul ideilor, conceptelor mentale, etc.

poate genera senzația unei dorințe care se trăiește ca ceva autentic, dar care în realitate nu izvorăște din profunzimea spontaneității, ci este o construcție mentală cu caracter artificial. Energia care îndeamnă spre satisfacerea ei este de natură mentală. De exemplu, dorința de a crește interior sau oricare alta (a fi religios, a fi curajos, a fi un cuceritor, etc.) apare ca ceva real, dar conduce imediat la o contradicție, căci eforturile necesare realizării dorinței nu se trăiesc ca plăcere, ci ca "sacrificiu". Dorința aparentă se transformă într-o "obligație morală", sau o "datorie" care e întotdeauna frustrantă și represivă.

Evoluția *psihe-ului individual* se produce în relație dialectică cu evoluția psihe-ului colectiv. În psihe-ul colectiv ("totalitatea psihoenergetică") trebuie să se afle "posibilitățile potențiale" pentru evoluție, adică materialele energetice pregătite sau, dacă acceptați comparația, treptele scării deja construite. În ***Sahaja Yoga*** se spune că aceste trepte sunt "chakrele" și am comentat deja cum unele dintre ele au necesitat apariția unor personalități speciale în "planul fizic" pentru a le pregăti în psihe-ul colectiv. Când în creștinism se spune că Iisus Christos este mântuitorul întregii omeniri și nu doar al celor ce cred în el, se face aluzie la acest fapt. Cum am mai spus, Iisus Christos a deschis Agnya chakra în psihe-ul colectiv, adică a făcut ca acea calitate de "iertare" (necondiționată) să apară în psihe-ul colectiv și, ca atare, fiecare subiect individ să aibă acces în propria sa conștiință la acea calitate.

Învățăturile verbale ale lui Iisus Christos sunt tehnici de acțiune care permit experimentarea existenței acestei calități în planul intern al psihe-ului.

Calitatea se "întrevede" acolo, ca o treaptă imediată.

Pe de altă parte, fiecare subiect individual execută "mișcările" și "sarcinile" necesare pentru a atinge treapta pe care o are în față. Când un număr mare de subiecți a făcut același lucru, treapta capătă consistență în psihe-ul colectiv și apare posibilitatea următoare. De aici și concluzia că "mântuirea" nu poate fi individuală. Este nevoie de "cristalizarea" fiecărei trepte în psihe-ul colectiv, pentru ca fiecare individ să poată trece la treapta următoare.

Descrierea diverselor etape sau "trepte" prin care trece "conștiința-energie" în evoluția sa, a primit diferite nume și prezintă unele diferențe în funcție de autori, dar între ele sunt multe puncte comune și, în general, există posibilitatea de a stabili o corespondență rezonabilă între cele mai importante. În cartea sa pe care am citat-o ("Proiectul Atman"), Ken Wilber înregistrează până la douăzecișipatru de sisteme diferite de clasificare, care includ pe cele ale psihanaliștilor, specialiștilor psihologiei evolutive, sociologiei, mistici și sisteme ocultiste. Reproducem în continuare propria sa descriere care poate servi drept bază comentariilor ce urmează.

Diagrama prezentată în continuare înfățișează etapele evoluției conștiinței după acest autor.

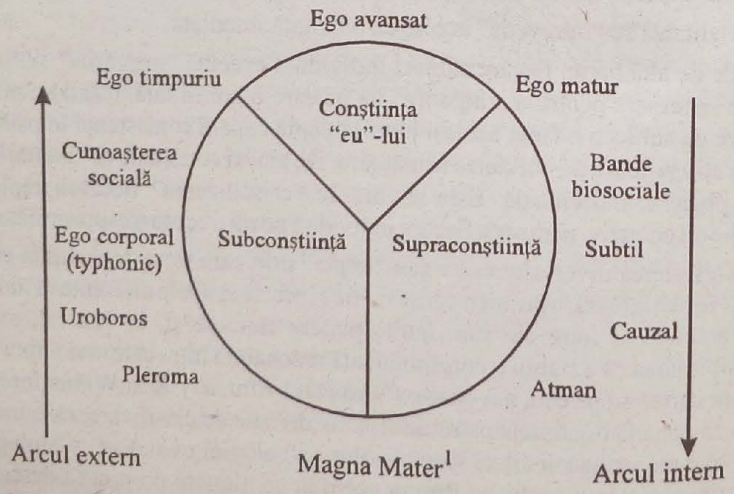
Trebuie să ţinem cont de faptul că distanţele în timp între o etapă şi alta nu sunt echivalente, chiar dacă pe diagramă ele apar astfel. Probabil, aşa cum se întâmplă în orice evoluţie vie, ele vor avea un caracter exponenţial, foarte lent în primele etape şi accelerat pe măsură ce avansează procesul.

Primele etape sunt subconştiente, adică nu există încă o conştiinţă a eu-lui. Începutul se află, aşa cum ştim, în *Muladhara chakra*, cu apariţia "subconştientului colectiv", adică a "energiei tamas" care este rădăcina evoluţiei. Expresia calitativă în psihe este, cum am spus, "inocenţa pură" şi este prima manifestare a "Fiului" care derivă direct din ***Marea Mamă***, Duhul Sfânt sau Puterea lui Dumnezeu. În mitologia hindusă este descrisă ca ***Shri Ganesha*** (zeitatea arhetipală a acestei prime chakre şi despre care am vorbit deja), creat de mama sa (Parvati) dintr-o pastă roşie pe care ea o extrage din propriul său corp.

Următoarea chakră, ***Swadisthana***, este generată în acelaşi timp cu apariţia universului fizic propriu-zis. Odată cu ea, intră în acţiune fluidul energiei "rajas", care va servi mai departe pentru formarea "conştiinţei eu-lui" şi a activităţii, pentru evoluţie.

Toate aceste etape sunt preparatorii şi din punct de vedere filogenetic sunt anterioare apariţiei fiinţei umane în forma pe care o cunoaştem astăzi. Cu toate acestea, ele sunt parte a moştenirii inconştiente a omenirii şi continuă să influenţeze conştiinţa din profunzimea insondabile.

CICLUL EVOLUTIV DUPĂ WILBER



(1) În graficul lui Wilber nu apare reprezentat numele de "Magna Mater" (expresie jungiană), dar este menţionat în text.

Wilber foloseşte această schemă pentru a explica evoluţia conştiinţei plecând de la momentul naşterii copilului. Dar după cum am spus, această evoluţie trebuie să reproducă (cu mare viteză, în puţine luni sau ani) evoluţia conştiinţei colective a speciei, care se extinde de-a lungul a mii şi milioane de ani şi care este exprimată în natura chakrelor.

Muladhara chakra, care este deja un aspect al psihe-ului şi deci al conştiinţei (ca potenţialitate), apare cu mult înainte de existenţa unui corp sau a unui sistem nervos oricât de rudimentar ar fi.

În schema lui Wilber unde, cum am spus, evoluţia "conştiinţei-energie" începe odată cu naşterea, se consideră existenţa unui ipotetic "eu" încă de la început, care este denumit "eu pleromatic" şi pe care aici am preferat să-l numim (în paginile anterioare) "conştiinţa de a fi". În stadiul "pleromatic" nu există dualitate, iar universul şi copilul sunt unul şi acelaşi lucru. Ambientul afectiv se descrie ca oceanicul total şi de atotputernicie necondiţionată.

Etapa "uroborică" începe odată cu alimentele şi presupune o primă diferenţiere "subiect-obiect". Marea Mamă apare ca ceva "exterior-interior" şi nu ca fiinţa proprie. Probabil exită sentimente de euforie "oceanică" dar şi un germene de "teamă primordială".

Faza următoare este numită de Wilber "eul typhonic" şi semnalează apariţia eului organic şi corporal. Numele "typhonic" provine din "typhon"-ul mitologic care era jumătate om şi jumătate şarpe, şi aceasta pentru a explica trecerea de la "urobos" (şarpele primordial care-şi muşcă propria coadă a etapelor anterioare nedualiste) la ego-ul mental (conştiinţa de a fi un corp).

Wilber descrie sensul şi situaţia ipotetică a "conştiinţei-energie" a acestor etape, în detaliu şi cu erudiţie. În ceea ce ne priveşte, le vom enunţa pur şi simplu şi vom încerca să le punem în legătură cu ipotezele lui Whitmont, care recurge la un punct de vedere strict jungian şi la o analiză cu caracter sociologic sau antropologic.

În acest fel, se observă că societatea umană a traversat o etapă care ar putea fi echivalată cu cele descrise de Wilber pentru psihe-ul individual al copilului. Whitmont numeşte această etapă ***faza magică*** a societăţii şi a culturii.

Această etapă include "epoca de piatră" şi "cea anterioară" până spre mijlocul "epocii de bronz". Societăţile acestor epoci aveau o orientare evident "ginolatrică" (predominanţă a femininului), ceea ce nu înseamnă că partea socială se afla în mâinile femeilor (în sensul în care am înţelege acum), ci că universul era un mit cu atribute feminine şi există o conştiinţă totală a identităţii faţă de el. Organizarea socială avea un caracter matriarhal şi relaţia cu lumea era magică. Relaţia "subiect-obiect" echivala mai mult cu o funcţie, decât cu un schimb între entităţi separate.

Marea Zeiță conduce și ocrotește lumea. Totul provine de la Ea și totul se întoarce la Ea. O reprezentare practică a acestei finalități este exprimată în monumentele funerare găsite aparținând acestei epoci și care sugerează forma unei femei înclinate (Marea Zeiță), cu o deschidere în zona abdominală, pe unde se introducea cadavrul (întoarcerea la Zeiță).

Ceva mai târziu de această fază, unde în evoluția individuală a copilului exista o situație de nediferențiere și unde abia mijește un "eu organic", se atinge un nou stadiu de creștere pe care Wilber îl numește ***eu verbal-social***.

Wilber rezumă stilul cognitiv al acestei etape ca limbaj autist, gândire prelogică și mitică, și cunoaștere socială. Încep să apară controlul și structurarea timpului trecut și viitor, rădăcinile "forței voinței".

În planul social protoistoric aflăm că etapa ***magică*** face loc alteia pe care, după Whitmont, am numi-o faza ***mitologico-imaginativă*** care corespunde acelui "eu verbal-social" la copil. În această fază lumea își pierde caracteristicile sale feminine pentru a îmbrăca valori masculine. Apare un prim simț de interioritate și diferențiere personală a lumii exterioare obiective, chiar când polii opuși nu se exclud întotdeauna. La copii, lumea magică se codifică și se transferă în mentalul rațional. Odată cu pierderea identității magice se separă "eul" și "lumea" și se pierde sensul continuității vieții și morții.

Apare o primă conștiință socială și se impune ordinea și morala care se exprimă în ritualuri, dansuri și celebrări religioase și magice colective. Probabil că în această epocă, legendele și miturile cu caracter feminim sunt transformate în echivalente masculine.

Whitmont situează această etapă între neolitic și înflorirea epocii de bronz. Cu toate acestea, încă nu are loc manifestarea sacrului.

Marea Zeiță este în continuare izvorul vieții și mama hrănitoare, dar și "distrugătoarea crudă".

Sacrificiul apare ca temă centrală în majoritatea cosmogoniilor mitologice (pentru ca viața să continue și să se înnoiască, ea trebuie să fie distrusă).

Orice efort conștient evocă o forță inconștientă opusă, tot ceea ce numim bun necesită răul său compensator (îl citățm tot pe Whitmont), răul răbdat poate aduce un bine. Ritualurile de sacrificiu sunt o "tehnologie psihică". Sacrificăm combustibil pentru a obține căldură, putem sacrifica psihologic o activitate pentru a obține energia necesară alteia. În societățile primitive ale acestei epoci regele și curtea trebuiau să moară periodic, ca ofrandă adusă forțelor morții și înnoirii.

De la ***etapa mitologică*** specia umană trece la ***etapa mentală*** (Whitmont), când la copil începe achiziția ***eu-lui mental egoist*** (Wilber).

Toată această zonă a diagramei lui Wilber prezidată de ***conștiința eu-lui*** este o parte din "conștiința-energie". E vorba de zona în care ne mai aflăm

cufundați, atât ca și colectivitate umană, cât și cu titlu individual.

Această etapă pare să înceapă la copil între 4 și 7 ani, iar stilul cognitiv predominant este descris ca "sintactic-social", gândire verbal-dialogantă, gândire operațională concretă și formală etc.

În planul social (Whitmont) ***etapa mentală*** debutează la sfârșitul "epocii de bronz" și începutul "epocii de fier". Acum se produce ***nașterea eroului*** și acest fenomen impregnează miturile și credințele epocii.

Tranziția de la starea de conștiință mitologică la cea mentală antrenează tranziția de la animism la tridimensionalitatea lumii spațiale externe, care e percepută de cele cinci simțuri și considerată drept "reală" și "obiectivă". În organizarea socială se instaurează în mod clar ***patriarhatul***, iar miturile patriarhale colorează întreaga viziune despre lume.

"Lumea exterioară" se desparte de "lumea interioară", gândirea se desparte de simțire, percepția senzorială de intuiție și de imaginație. "Lumea exterioară" (și tot ce se poate cunoaște) se "reifică". Cuvântul "realitate" derivă din cuvântul latin "res" care înseamnă "lucru". Realitatea este "mulțime de lucruri".

"Lumea exterioară" și "realul" (reificat) țin de predominanța Regelui (sau a Regelui Divin) care are formă și caracter masculin și care este represiv și culpabilizator. Ne aflăm în vremea lui Yahveh (Shri Krishna în mitologia hindusă) și ne aflăm la nivelul lui ***Vishuddhi chakra*** unde ni se propune alegerea între "detașarea de imaginea eu-lui" (sacrificarea mândriei egoului) sau "ego-ul - aroganță" însoțit de "vină".

Să remarcăm faptul că activarea chakrelor în psihe se produce deja într-un timp în care ființa umană a realizat un corp similar celui pe care-l cunoaștem acum. Ipotetica apariție a lui Shri Krishna pe pământ și acțiunea lui Vishuddhi se situează cu câteva mii de ani înaintea lui Iisus Christos.

Whitmont descrie trei mari mituri patriarhale care ilustrează natura a ceea ce colorează psihe-ul nostru. Este vorba despre miturile ***Împăratul divin***, ***țapul ispășitor*** și ***represiunea femininului***.

Împăratul divin aduce normele "vei face" și "nu vei face", aduce spiritul de cucerire și de competiție. De aici, apariția eroului care luptă și face cuceriri în lumea exterioară sau în cea interioară (Perseu, Heracle, Sf. Gheorghe etc.). Dar mai aduce și vina și contradicția. Whitmont citează un poem de William Blake:

Toate Bibliile sau codicele sfinte, au fost cauza următoarei erori: că Dumnezeu îl va tortura pe om la nesfârșit pentru ca el să-i urmeze Energiile.

Este imposibil să trăiești în permanență în prezența unei autorități contradictorii fără a încerca s-o detronezi. Aceasta e misiunea științei care se transformă într-o nouă religie, căci arhetipul religios este, în sine, indestruc-

tibil (Whitmont).

Mitul ***Ţapului ispăşitor*** (de exemplu sacrificarea berbecului către Yahveh) simbolizează faptul că dorinţa, spontaneitatea şi "dorinţele cărnii" trebuie să fie mortificate în favoarea luminii. Din nou se produce un paradox. Suferinţa care este dovada "răutăţii", este în plus ruşine şi vină. Propria suferinţă este consecinţa unui eşec şi acesta trebuie suprimat. Dat fiind că durerea duce la autocondamnare, ea nu poate fi acceptată ca parte normală a vieţii. Pentru a evita posibila durere se sacrifică orice dorinţă. Dar cum acest lucru nu e posibil, ceea ce se blochează este sentimentul (ajungând la rigiditate). În compensare ne permitem alcool, droguri şi violenţă. (Whitmont).

"Reprimarea femininului" este o consecinţă logică a celor anterioare. Reprimarea energiilor ginolatre ale psihe-ului necesită o justificare raţională şi astfel se generează un sistem de credinţe care devalorizează această energie, ceea ce echivalează cu o discriminare socială a sexului feminin. Această reprimare discriminatorie a energiilor cu caracter "feminin" este arhicunoscută şi nu vom insista asupra ei. Poate ar fi cazul să observăm că reprimarea şi devalorizarea nu se produc doar în psihe-ul bărbaţilor ci şi în cel al femeilor.

Apariţia lui ***Iisus Christos*** şi activarea ***Agnya chakra*** presupune începutul unei transformări. Faţă de "berbecul zbătându-se" al lui Avraam, Iisus Christos reprezintă "mielul lui Dumnezeu". Faţă de culpă şi pedeapsă – iertarea, faţă de reprimare – toleranţa dragostei. Cu toate acestea, o puternică inerţie patriarhală reuseşte să ia în stăpânire, parţial, mesajul lui Iisus Christos şi îi dă iarăşi caracterul mitului anterior. Bisericile creştine cu Pavel în frunte, se încăpăţânează să întârzie evoluţia, şi astfel apare o intoleranţă şi mai feroce şi un dogmatism mutilant şi terorist.

Dar după această etapă – pe care am putea-o numi "creştină" şi care presupune un punct de inflexiune pentru retragerea energiilor patriarhale din ego şi apariţia de compensări sub formă de energii mai feminine – ce mai rămâne?

Pentru Wilber e vorba de progresul din "arcul intern", care, în realitate, este o întoarcere la origini (Marea Mamă), dar în alte condiţii ale "conştiinţei-energie" decât cele existente la începutul procesului. El numeşte ***Eu centaur-ic*** una din primele etape ale acestei "întoarceri" pentru simbolismul antrenat de figura centaurului (jumătate om, jumătate cal) şi face aluzie la achiziţionarea conştientă a prezenţei "corpului", a senzorialului, care acum e integrat ca voinţă spontană şi ca sinteză de procese primare şi secundare. În diagramă, acesta apare simetric cu "eul typhonic" care e o situaţie de "ida" unde lipseşte conştiinţa eu-lui şi cel care apare este tocmai eul. Etapele următoare sunt

ipoteze produse de experienţa sa în Zen şi de erudiţia sa în religiile şi tehnicile de creştere interioară cele mai diverse. La nivelurile superioare ("eul cauza, inferior") el menţionează ca "mod al eu-lui" pe Dumnezeu, ca "izvor al tuturor Formelor arhetipale", ceea ce în ***Sahaja Yoga*** se descrie ca fiind calitatea ***chakrei Sahasrara***, adică integrarea calităţilor tuturor chakrelor şi împărăţie a lui ***Adi Shakti***, Mama Primordială sau Duhul Sfânt.

Whitmont, care se menţine tot timpul într-un plan sociologic cu intenţie mai mult terapeutică, propune ***întoarcerea la Zeiţă*** ca mit contemporan şi ca arhetip ce trebuie să înflorească în psihe, şi care trebuie să fie asimilat ca simbol al transformării necesare pentru a atinge arhetipul final al "Sinelui". Acest simbol transformă epoca prezentă în epocă de căutare şi eliberare. Iată un citat:

Pun de acord (chipurile Marii Zeiţe) chipul înspăimântător al Gorgonei cu cel gata de ajutor al Atenei. Viaţa trebuie trăită şi gustată prin ea însăşi, în legătură sensibilă cu pământul şi cu cosmosul ca organisme vii, şi nu ca o legătură cu obiecte moarte, o legătură de exploatare în favoarea progresului "tehnologic sau economic".

A purta spre "conştiinţa-energie" arhetipul integrator al Marii Zeiţe, iată propunerea ***Sahaja Yoga***. Pentru aceasta a fost necesară deschiderea în "psihe-ul colectiv" a ***chakrei Sahasrara***. ***Shri Mataji*** povesteşte cum a fost martora acestui fenomen care, în realitate, s-a produs prin intermediul ei însăşi, adică a energiei încarnate de personalitatea sa fizică actuală. Dar, spune ***Shri Mataji***, acest lucru a fost posibil pentru că ne aflăm la un nivel adecvat al evoluţiei. Este vremea să mai facem un pas.

Deschiderea Sahasrarei în totalitatea psiho-energetică este ceea ce permite ascensiunea spontană a lui ***Kundalini***, adică oferă căutătorilor închiderea "breşei" din canalul "sattwa", iar la nivel individual se poate împlini procesul de transformare psihică, ce prin intermediul Zeiţei (Adi Shakti) va conduce conştiinţa la "Planul Adevărului, Realităţii şi Libertăţii", care este Planul Dragostei şi al Bucuriei.

Mecanismul energetic pentru evoluţie este descris de către Wilber într-un chip simplu şi ingenios, bazându-se pe conceptul psihanalitic "incest-castrare", pe care chiar Wilber preferă să le numească ***identificare cu un arhetip matern*** şi ***ameninţare a morţii***[1]. Într-adevăr, "ego"-ul se identifică în fiecare etapă cu un aspect al "imaginii" materne. Separarea de această identificare este trăită în mod inconştient ca moarte (anihilare) dar şi neseparareа este

(1) Terminologia utilizată de Freud se caracterizează prin nuanţa sa negativă. În realitate nu numai cuvintele utilizate, ci propriile sale concepte par să provină dintr-o energie mentală morbidă. Discipolii săi apropiaţi ca Jung, Adler sau Reich, au acţionat în moduri foarte diferite.

supusă unei amenințări care pare să provină din "afară" și produce frică. "Ego"-ul trebuie să-și dorească "moartea" pentru a atinge o etapă superioară. Când o parte (mai mult sau mai puțin importantă) a "ego"-ului atrage după sine identificări nedepășite, cu niveluri "inferioare" ale "imaginii" materne, se produc stări patologice.

În termeni de ***Sahaja Yoga*** acest proces echivalează cu evoluția în "conștiința-energie" a prezenței lui "Shakti" (energia Mamă) care însoțește întreaga creștere. Energia lui Shakti este prezentă în toate "chakrele" ca "substanță" energetică a calităților exprimate de chakră. Cum am spus deja pasul final este atingerea identificării cu ***Adi Shakti*** sau ***Mama Primordială*** care prezidează Saharara și echivalează cu integrarea tuturor energiilor psihice.

Prin cele menționate până aici, am dorit să arătăm cum ***Sahaja Yoga*** și existența însăși a lui ***Shri Mataji*** contribuie, ca o piesă în plus, la un vast proces evolutiv care începe pierdut în măruntaiele creației și culminează prin conexiunea conștiinței cu planul divin al adevărului și realității de dincolo de psihe.

Ultima treaptă se află acum în fața noastră. "Terenul" în psihe-ul colectiv a fost pregătit (deschiderea chakrei Sahasrara colective), ***realizarea*** prin ***Sahaja Yoga*** permite să-l "deslușim" în "briza răcoroasă" și în pacea și liniștea interioară. Învățatura practică a lui ***Shri Mataji*** este drumul adecvat pentru consolidarea seminței și fructificarea ei în conștiință, dar pe care trebuie să-l parcurgem plecând de la dorința care încolțește în fiecare.

Vom vedea astfel că ***Sahaja Yoga*** nu este o tehnică mai mult sau mai puțin interesantă pentru ca unele persoane să-și dezvolte capacitățile spirituale sau să se elibereze de conflictele fizice sau psihice, ci expresia unei etape cuprinse în momentul și locul adecvate ale evoluției ființelor umane, o ofertă a propriului lor destin.

11. Sahaja Yoga și Shri Mataji Nirmala Devi

Așa cum am explicat de-a lungul acestor pagini, ceea ce este esențialmente caracteristic pentru ***Sahaja Yoga*** și ceea ce o deosebește de propunerile spirituale ale altor stadii de evoluție este:

- Deschiderea ***chakrei Sahasrara*** la nivelul psihe-ului colectiv, fenomen care afectează întreaga umanitate și care va permite fiecărui subiect individual să urce ultimele trepte ale evoluției.
- ***Realizarea Sinelui*** reprezentată de ridicarea spontană a energiei ***Kundalini*** care conectează "conștiința operativă" (sistemul nervos central) cu planul conștiinței universale unde se află rădăcina adevărului și înțelepciunii.

Realizarea și ***deschiderea Sahasrarei*** sunt două fenomene corelate astfel încât primul (care se produce la nivel individual) nu ar fi fost posibil fără deschiderea "chakrei" la nivel colectiv. În orice caz, pentru un subiect concret, dobândirea ***realizării***[1] se face așa cum se pune în mișcare un proces de transformare "Sahaja".

Dar atât "realizarea", cât și procesul ulterior, sunt în strânsă legătură cu ***Shri Mataji Nirmala Devi***, ceea ce presupune o ruptură, pentru ca "modul sahaja" să poată fi acceptat de mentalitatea raționalistă a occidentului.

Pentru a face cunoscută Sahaja Yoga, ***Shri Mataji*** apare dintr-un mediu social pe care l-am putea numi "normal". Nu o face din pădure sau din vreo mănăstire retrasă, dar nici dintr-un palat fastuos. Modul său de viață a fost cel care corespunde soției unui înalt funcționar, în legătură cu o familie care, deși cu un statut mai elevat, ar putea fi descrisă ca fiind tradițională în India.

În primii ani de viață și tinerețe, biografia ei este presărată cu anecdote și situații care indică prezența unei personalități cu totul speciale și care stârnesc uimire și admirație, precum și respect și dragoste din partea acelora care o înconjoară (Gandhi, pe care l-a cunoscut și în al cărui ashram a trăit copil fiind, profesorii de la școală și de la universitate, importante personalități politice și din lumea artelor care frecventau casa tatălui său, un om politic de seamă și unul din liderii luptei pentru independență).

(1) Prin mâinile unui *sahaja yoghin* sau ale lui *Shri Mataji* dacă este posibil.

Fiind foarte tânără, ea însăși participă activ la această luptă și suferă închisoare, torturi și persecuții ca și pierderea, pentru un număr de ani, a bunăstării materiale cu care era obișnuită.

Mai târziu se căsătorește cu un bărbat care avea să fie unul din cei mai străluciți și respectați conducători din Organizația Națiunilor Unite. Meritele muncii sale diplomatice și ale personalității sale au fost recunoscute de regina Angliei, care i-a conferit titlul de cavaler. Si guvernul spaniol i-a acordat titlul "Encomienda de Isabel la Catolica" ("Încrederea reginei Isabela Catolica") în octombrie 1994.

Deși ea a afirmat că și-a cunoscut dintotdeauna adevărata natură și sensul misiunii sale (Shri Mataji nu a avut maeștri spirituali), abia în 1970 când avea 47 de ani, a anunțat că ea este încarnarea energiei Adi Shakti (Puterea lui Dumnezeu sau Duhul Sfânt), că chakra Sahasrara fusese deschisă în psihe-ul colectiv și că venise vremea ca energia ***Kundalini*** să se poată ridica în mod spontan prin ***realizarea*** dată de ***Sahaja Yoga***, proces ce poate fi extins de la o persoană "realizată" la alta spre "emanciparea totală a omenirii".

O manifestare de acest fel în vremurile actuale, produce cel puțin surpriză și perplexitate pentru cei mai dispuși să accepte[1] dar și neîncredere din partea celor care nu au avut nici o legătură personală cu dânsa, de vreme ce declarații similare sunt făcute de o mulțime de falși maeștri contemporani pe care ***Shri Mataji*** îi denunță în mod deschis în programele și aparițiile sale publice, prin mijloacele de comunicare. Dar în plus, pentru o minte raționalistă, îndeosebi în cultura occidentului (cu o dominantă "rajas" clară), o astfel de declarație poate părea ceva "primitiv" și "superstițios" (suspect religios) dincolo de logica pozitivistă care stă la baza educației noastre contemporane ("cultura științifică") și nu este greu să izbucnească un comentariu înjositor sau sarcastic, ba chiar un atac pătimaș și violent (în mod paradoxal irațional și paranoid).

Dar *dacă am accepta* ca ipoteză faptul că ceea ce spune ***Shri Mataji*** este sigur[2], ce ar însemna de fapt că ea este încarnarea lui Adi Shakti?

Evident, nu că Adi Shaki (Duhul sau Puterea Absolutului) se află "închisă" în corpul lui Shri Mataji, ceea ce ar fi de fapt modul imediat în care s-ar pune problema într-o minte de orientare pozitivistă, educată pentru a considera că "realul" este exterior (corpul sau obiectele). Am spus deja că Adi Shakti este un aspect de prima calificare, în ceea ce putem conceptualiza[3] ca "unitate-dualitate", "conștiință-energie" care apare din "Planul Adevărului".

(1) Propria sa familie, de exemplu, unde majoritatea asimilează lent semnificația.

(2) Care este forma în care dânsa sugerează să fie luate lucrurile.

(3) Spunem "conceptualiza" căci nu putem ști ceea ce poate fi realmente "Adi Shakti"; vorbim doar de conceptul mental pe care ni-l facem despre ea.

Aspectul "energie" (Adi Shakti) are de asemenea caracterul de ***Magna Mater*** sau ***Marea Zeiță*** dar, în realitate, este substanța însăși a "totalității psihoenergetice". A o încarna pe Adi Shakti înseamnă că toate materialele energetice pe care le utilizează acest corp pentru funcționarea lui (planurile mai dense ale corpului "fiziologic" și cele mai subtile care susțin psihe-ul, etc.) – care sunt în mod evident "o parte" a totalității energetice a universului (localizabile în timp și în spațiu ca cele ale oricărei alte persoane) – sunt de o asemenea transparență încât ***Planul Adevărului*** se poate reflecta prin intermediul lor fără nici o alterare. În plus, s-ar mai exprima în forma acelui "calificativ" primordial pe care l-am numit Mama Primordială sau Adi Shakti.

Corpul fizic, care este primul ce apare percepției noastre, se va adapta funcțiilor cerute de alte planuri mai subtile. Evident, el va fi supus legilor fizice ca orice alt corp, cu excepția cazului că instanțe din alte planuri o cer în altă formă. În orice caz, corpul fizic, care este expresia exterioară a realității interioare ar fi în consonanță cu ceea ce exprimă alte planuri în ceea ce se referă la "radiația energetică".

Toate corpurile fizice emit o anumită radiație energetică în concordanță cu ceea ce reprezintă în alte planuri mai subtile. Am spus deja că un sahaja yoghin poate percepe această radiație în palme sub formă de "vibrații", căci radiația are un efect asupra chakrelor și a energiei subtile, iar un sahaja yoghin are sistemul său nervos central conectat cu acest nivel. Când ceva provoacă dezechilibru și lipsă de armonie, precum și involuție, în ființa umană se produce căldură; când este invers, în palme se simte o "briză răcoroasă".

Organismul fizic al lui ***Shri Mataji*** produce o puternică radiație, care este percepută inclusiv de persoane care nu sunt sahaja yoghini. Un sahaja yoghin va simți o "briză răcoroasă" puternică sau, după caz, propriile sale blocaje sub formă de căldură. Ceea ce se produce în planul psihic este că prezența "Planului Adevărului" reflectat de ***Shri Mataji***, în calitatea lui "Adi Shakti" (Marea Mamă), invită energia Kundalini a fiecărei persoane, să urce prin canalul "sattwa" până la conștiință. Ne amintim că energia Kundalini este expresia individuală a lui Adi Shakti în spațiul psihic al fiecărui subiect. Prin urmare, se produce un fenomen de "simpatie" în care o energie mai puternică le antrenează pe celelalte de același semn, în același sens.

Acest fenomen de "simpatie" energetică se produce nu numai în legătură cu energia altor persoane, ci și cu a altor obiecte. Contactul cu ***Shri Mataji*** "polarizează" energia internă a obiectului (care se exprimă în propria sa radiație) într-un sens mai "sattwic" (evolutiv, armonios). Numim aceasta "a vibra" un obiect sau a-l dota cu energie armonizată (sau mai armonizată) cu

"Planul Adevărului".

Această calitate de iradiere pozitivă (echilibrată și armonizatoare) a lui ***Shri Mataji*** se vede și în cazul fotografiei sale. La fel se întâmplă și cu persoanele (toate au o categorie de iradiere depinzând de transparența lor interioară), tot astfel si cu fotografiile. Fotografia lui ***Shri Mataji*** are proprietăți similare cu cele ale organismului său fizic, deși se exprimă mai puțin intens.

Radiația armonizatoare a lui ***Shri Mataji*** sau a fotografiei sale poate fi utilizată cu scopuri practice în domeniul biologiei și medicinei, și în acest sens s-au făcut multe experimente încununate de succes. Există, de exemplu, experimente de absolută rigoare științifică în domeniul agriculturii, în care s-a atestat – prin irigarea unei plantații de vegetale (floarea soarelui, porumb etc.) cu "apă vibrată" (apă care a stat în contact cu fotografia lui ***Shri Mataji***) – faptul că și creșterea se produce în mod mai rapid și că recolta este mai abundentă și de calitate mai bună. Experiențe similare s-au realizat în crescătorii, cu producția de lapte etc. În medicină, ***Shri Mataji*** a realizat vindecări uimitoare ale căror probe obiective există, dar practica însăși a ***Sahaja Yoga*** e curativă în sensul că orice boală presupune o anumită dereglare a "centrelor energetice", iar ***Sahaja Yoga*** este utilizată pentru a elibera chakrele de blocajele lor.

În mod curios, radiația energetică a lui ***Shri Mataji*** care se poate percepe prin efectele sale dar nu este vizibilă pentru ochiul uman, impresionează (în multe cazuri) emulsia fotografică. Într-adevăr, proprietățile vibratorii ale fotografiilor lui ***Shri Mataji*** determină sahaja yoghinii să-i facă multe fotografii și, în unele dintre ele, apar fenomene energetice ciudate. Sfere luminoase în mâinile sale, raze luminoase care coboară asupra ei din văzduh, lumini ce marchează poziția chakrelor etc. Toate aceste fenomene sunt inexplicabile prin posibilitățile tehnicii fotografice (care nu este manipulată în mod expres).

Manifestări și fenomene de acest tip arată că ***Shri Mataji*** este o persoană dotată cu calități și puteri puțin comune, dar există maeștri îndoielnici care dau dovadă de capacități și puteri surprinzătoare. Dacă s-a atins "realizarea", și o percepție suficienta a vibrațiilor, senzația de "briză" sau de "căldură" în mâini, este un bun indicator pentru a ști dacă ne aflăm în fața unei expresii a "Planului Adevărului", sau a altor instanțe și puteri cu caracter involutiv. Aceasta ar trebui să fie proba definitivă, dar chiar și așa există îndoieli și nesiguranțe, iar singura cale continuă să fie aceea să acceptăm caracteristica lui ***Shri Mataji*** ca reprezentare a "Planului Adevărului" (în calitate de Magna Mater), drept o ipoteză, și să o experimentăm, să cercetăm învățătura sa, propria sa atitudine și propriul său comportament, transformările interioare

care se produc etc. Concluziile și recunoașterea se vor produce de la sine.

Vorbim de "vibrații", "radiație energetică" și "senzații", deoarece acum tratăm aspectul practic și "exterior", dar să nu uităm că ***Sahaja Yoga*** trebuie să se producă transformarea în planul psihic intern. Această transformare va trebui să treacă în final prin structurarea unui arhetip integrat al totalității psihice, arhetipul ***Marii Zeițe, Mama Supremă***. Să reamintim procesul:

Matriarhat (Mama Primordială)

↓

Patriarhat (ego)

↓

Zeița (Duhul Sfânt)

pe care l-am explicat într-un capitol anterior. De aceea, acceptarea lui ***Shri Mataji*** presupune o dispoziție deschisă către influența simbolului pe care îl reprezintă dânsa. Când se simt "vibrațiile", îndoielile sau respingerea acestui "simbol" se percep ca o căldură în centrul palmei, ceea ce echivalează cu blocajul chakrei Sahasrara (chakra reprezentând "rezumatul" și sinteza tuturor celorlalte, și unde rezidă Adi Shakti).

Acceptarea lui ***Shri Mataji*** este o sarcină dificilă pentru "ego". Dar respingerea se produce când nu se captează "simbolul" și, în schimb, este evaluată ca un "ego". Fiecare persoană se "trăiește" pe ea însăși ca un "ego", adică cineva animat de ambiții, atașamente, cultivarea imaginii de sine etc. Este normal să proiectăm calități similare asupra oricui are un aspect uman. ***Acceptarea*** cuiva cu "rolul" propus de noi aici, se trăiește ca ***supunere*** față de acest cineva. Ideea ca un "ego" să se supună altor "ego"-uri, se situează în afara posibilităților funcționale ale oricărei structuri "ego"-ice. ***Dar lucrurile nu stau așa***.

Nu vom discuta ce rol poate juca o structură de "ego" în energia psihică a lui ***Shri Mataji***, nici dacă o astfel de structură există sau nu. Ceea ce e evident este faptul că orice expresie care este influența simbolică ce provine dintr-o structură "ego"-ică, nu va îndeplini condițiile de transparență în "Planul Adevărului", care sunt necesare pentru a se produce efectele evolutive pe care le-am descris, atât în psihicul colectiv cât și cel individual. De aceasta trebuie să ne dăm seama și trebuie să o avem în vedere. Plecăm de la existența unei transparențe interioare față de "Planul Adevărului", astfel încât acesta se reflectă și se exprimă în toată puritatea și realitatea sa.

Atunci acceptarea nu înseamnă "supunere" fără "dăruire". "Dăruirea" este un fenomen natural, este același lucru cu "acceptare a ceea ce este" și "dragoste". Noaptea ne dăruim, ne abandonăm somnului, fără îndoieli sau

obiecții; copilul se abandonează mamei, și cu toții ne abandonăm și acceptăm lumina și căldura soarelui, fără de care nu am putea trăi. Nu ne trece prin minte să socotim această atitudine a noastră ca inferioritate sau sclavie.

Sahaja Yoga trebuie să fie abordată în chip similar. Nu e vorba de faptul că ***Shri Mataji*** "are de-a face *cu* noi", ci de ***propria*** noastră activitate evolutivă, de ***propria*** noastră dorință de schimbare și de transparența de care suntem ***unici răspunzători***. Această transformare trebuie să se facă în "spațiul interior", în psihe-ul nostru, care este un aspect al "totalității psihoenergetice", care nu este altceva decât corpul Mamei Supreme, cea care în formă de structură cu o mie de chipuri a fost prezentă de-a lungul întregii noastre evoluții.

Shri Mataji reflectă aceasta instanță Primordială, ceea ce presupune un ajutor și o necesitate a evoluției. Dar pentru aceasta, dânsa trebuie să-și pună organismul, energia, prezența și întreaga viață în slujba acestei evoluții, pentru a cristaliza aici, în planul fizic, ***Simbolul*** necesar, și pentru ca mesajul să se cristalizeze și în acele persoane care-l înțeleg și doresc să-i accepte ofranda, *care este propria sa "devenire"*.

12. Practicarea Sahaja Yoga

Când vorbim de practicarea a ceva care poartă numele de "yoga", mintea occidentală se gândește imediat la repertoriul de tehnici și proceduri de folosit, urmând o metodă și care, dacă sunt adecvate, vor servi la a schimba ceva care nu e bine sau este supărător.

"Atitudinea cognitivă" a mentalității occidentale și ceea ce impregnează întreaga sa cultură este dualismul între ego-ul manipulator (care se identifică cu "eu însumi", "ceea ce sunt" etc.) și "lumea exterioară", care este obiectul manipulării. Așa-numita "tehnologie" este instrumentul pentru manipulare și, după cum știm, culturile occidentale au dezvoltat-o în toate domeniile de acțiune cu mare avânt și eficiență, obținând în multe din aceste domenii progrese cu adevărat spectaculoase.

Este ușor de observat că în acele medii unde aparent sunt mai ușor de îndepărtat variabilele care intervin, tehnologia manipulatoare se arată mai eficace. De exemplu, în domeniul materiei neînsuflețite (regnul mineral). În schimb, în alte domenii, unde există o puternică interconexiune între multe dimensiuni, iar variabilele nu pot fi îndepărtate (deseori nici măcar observate ori recunoscute), tehnicile de acțiune se dovedesc mult mai incompetente sau generează efecte secundare, care mai mult strică decât reglează. Aceasta este foarte evident în acele medii unde e prezentă viața și unde efectele nefaste ale manipulării umane ating deja un nivel planetar. Ca să nu mai vorbim de căi ca cele psihice sau spirituale, unde manipularea se face, sau se pretinde a se face, din ignoranță și confuzie aproape totale.

Cu toate acestea, este greu ca mintea occidentală să renunțe la ideea că "printr-o tehnică nouă e posibil totul" și că dacă se eșuează într-o tentativă, aceasta se întâmplă pentru că tehnica nu era suficient de bună și trebuie căutată alta. Astfel, de exemplu, în problema poluării mediului sau oricare alta, soluțiile care se sugerează nu vizează schimbarea sistemului agresiv printr-unul mai armonios și armonizat cu mediul, ci lupta contra efectelor care au produs agresiunea. Cu alte cuvinte, se încearcă agresarea agresiunii, ceea ce va conduce inevitabil la o spirală tot mai catastrofală.

Cu medicina alopată se întâmplă același lucru. Apare un simptom, consecință a unui mod neadecvat de a-și duce viața, adică dezvoltarea sau evoluția naturală a organismului, iar medicina caută un instrument manipu-

lator care să permită îndepărtarea simptomului. În majoritatea cazurilor, prin aceasta se ajunge la un fel de compromis cu boala, generând efecte secundare cu consecințe imprevizibile.

Mediul spiritual nu face excepție. Primul lucru la care se gândește un occidental care decide să întreprindă un drum spiritual, este ***ce trebuie să facă*** și nu ce ***ce trebuie să lase să se facă***. Suprapunem astfel tensiune peste tensiune, fără a ne da seama că orice tensiune, ca produs al "ego-ului manipulator", este întotdeauna unidimensională și nu poate acționa niciodată asupra unei realități care posedă dimensiuni infinite și conexiuni inimaginabile.

Soluțiile merg totdeauna pe calea "slăbirii tensiunii", a relaxării, care este ceea ce face în realitate energia ***Kundalini***, atunci când în ascensiunea sa activează sistemul parasimpatic.

În ***Sahaja Yoga***, odată ce am primit "realizarea" și energia ***Kundalini*** s-a ridicat (deși slab) și a traversat chakra Sahasrara, mai rămâne de făcut un singur lucru (care în realitate este ***un nefăcut***), și acesta constă în a ne ***abandona*** fără restricții acestei energii care este Mama spiritului nostru, expresia, în interiorul nostru, a Mamei Universului sau ***Adi Shakti***. La fel ca în cazul somnului, când trebuie să ne relaxăm pentru ca el să se declanșeze. Nimeni nu adoarme "voind" să doarmă. Adormi pentru că simți în interior dorința de a dormi, semnalul spontan al naturii, care ne îndeamnă în această direcție și o acceptăm pur și simplu, ne abandonăm ei. Astfel, somnul ne pune în brațele marii înțelepciuni a naturii care ne poate reface și echilibra.

Dar, desigur, în cazul ***Sahaja Yoga***, acest abandon e dificil, căci e blocat de toate contradicțiile și dezechilibrele care s-au acumulat în organismul nostru și ne dau "insomnii" în fața lucrării reparatoare a energiei spirituale. În această situație, rezultă necesitatea folosirii de tehnici și artificii care să ne ajute la "relaxare" și la "acceptarea" a ceea ce este acolo și dorește să ne ducă acolo unde trebuie să mergem.

Să nu uităm că ***obiectivul Sahaja Yoga este evoluția***, adică obținerea dezvoltării conștiinței corespunzătoare condiției umane. Folosind terminologia propusă în paginile anterioare, aceasta presupune să reușim ca energia psihică să atingă un nivel de "transparență" maxim, așa încât să reflecte cu o limpezime totală "Planul Adevărului" care, așa cum am insistat în repetate rânduri, este o instanță "din afara" psihe-ului și pe care o putem identifica cu Divinul și Absolutul. În hinduism se spune că este "sat-chitananda" – adevăr absolut (sat), înțelepciune absolută (chit) și beatitudine absolută (ananda). "Nivelul de conștiință" trebuie să crească în paralel, motiv pentru care energia Kundalini trebuie alimentată cu toată puterea și puritatea sa. Complexul "conștiință-energie" este ceea ce se transformă până la a atinge maturitatea corespunzătoare.

Nivelul de evoluție la care se află ***psihe-ul colectiv*** și faptul că ultima treaptă este pregătită la modul general (în termeni tehnici putem spune că "chakra Sahasrara" este activată în "psihe-ul colectiv"), permite ca dezvoltarea și creșterea individuală să se realizeze într-o formă specială. Această formă specială este ***modul sahaja***.

Sahaja înseamnă etimologic "înnăscut", adică ceea ce se află în interiorul cuiva, dar este același lucru cu a spune "în mod spontan", sau "fără efort", deși expresia din urmă necesită unele nuanțări.

Pentru comparația cu alte metode valabile în alte etape evolutive anterioare (ne referim la metodele "legale" predate de marii maeștri autentici, și nu de falșii profeți din toate timpurile), întâlnim în ***Sahaja Yoga*** o inversare a termenilor ceea ce face posibilă "spontaneitatea". În etapele anterioare, "trezirea lui Kundalini" (energia care în final iluminează conștiința) era posibilă numai ***după*** ce "energia psihică" (adică materialele "rajas-tamas" și "sattwa") a atins nivelul de puritate și de transparență necesar. Altfel spus, atunci când echilibrul "rajas-tamas" era perfect și "chakrele" erau libere și fără blocaje. Folosind o comparație a lui ***Shri Mataji*** "trebuia să cureți încăperea pe întuneric, înainte de a aprinde lumina". Pentru a reuși acest lucru (curățirea încăperii psihice pe întuneric) era nevoie să urmezi instrucțiunile unui maestru calificat și să te supui unei discipline riguroase. Doar atunci era posibil să obții "realizarea", care era instantanee și se producea printr-un "ultim simbol" încorporat psihe-ului. Scrierile despre "buddhismul Zen" ilustrează foarte bine această situație finală, în care "ultimul simbol" putea foarte bine să fie o insultă sau o ciomăgeală administrată de maestru. Cum "încăperea psihică" era deja curată, "realizarea", adică trezirea energiei conștiinței (Kundalini), coincidea cu "iluminarea" (conexiunea cu "Planul Adevărului").

În ***modul Sahaja*** "realizarea" (ridicarea lui Kundalini) se produce la începutul procesului, e ceva pe care orice sahaja yoghin îl poate comunica oricărei persoane interesate.

Un rezumat al etapelor ce trebuie parcurse pe calea ***Sahaja***, ar putea fi acesta:

1. Primirea "realizării"

Acesta este începutul procesului, și fără el ***Sahaja yoga*** nu are sens. "Realizarea" poate fi comunicată de orice sahaja yoghin într-un mod foarte simplu, dar intervenția personală e de dorit, ca să nu zicem strict necesară[1].

Condiția pentru a ca aceasta să se producă, este dorința sincera și o

(1) La sfârșitul acestei cărți, prezentăm adresele la care se pot îndrepta persoanele interesate în a-și primi "realizarea" sau în Sahaja Yoga. De asemenea, am inclus o anexă care permite tentativa de a obține "realizarea" fără ajutorul unui sahaja yoghin deja "realizat".

atitudine pe care am putea-o numi "inocență".

O motivație frivolă, interesată sau manipultoare nu va avea nici un efect.

Dacă se produce "conexiunea" (se obține realizarea), se va percepe o briză răcoroasă (sau caldă dacă sunt multe blocaje) în palmele mâinilor sau ieșind prin creștetul capului. Se va simți tot căldură sau înțepături în degetele mâinilor aflate în corespondență cu chakrele blocate.

2. Consolidarea "realizării"

Se obține meditând în prezența unei fotografii a lui ***Shri Mataji*** și a flăcării unei lumânări care acționează ca element purificator.

3. Studierea aspectelor teoretice

Pentru a putea cunoaște semnificația noilor semnale care apar prin vibrații (conștiința vibratorie), este necesar să cunoaștem anatomia subtilă, rolul fiecărei "chakre" etc.

4. Purificarea organismului subtil

Condiționările psihologice, deficiențele fizice, conflictele de comportament etc., se exprimă în "chakre" ca blocaje și dezechilibre. Totul trebuie corectat, pentru ca energia Kundalini să se poată înălța cu mai multă forță, până la stabilizarea stadiului final de conștiință a unui plan mai înalt.

Ceea ce trebuie corectat, apare prin intermediul conștiinței vibratorii. Pentru corectare se dispune de anumite tehnici și procedee, care se folosesc în ședințe de lucru, preferabil cu alți sahaja yoghini, dar și în viața cotidiană unde se întâlnește adevăratul teren de încercări și transformare.

5. Introducerea schimbărilor necesare în modul de viață

Conflictele din sistemul nostru subtil se exprimă și în modul nostru de viață, obiceiurile noastre, locurile pe care le frecventăm, relațiile pe care le avem etc. În realitate, "viața" pe care am dus-o a întunecat organismul nostru subtil și conștiința noastră, dar ne vom transforma printr-un comportament corect (dharmic).

6. Atingerea stării de conștiință fără gânduri

Această stare intervine în mod spontan în meditație, când presiunea asupra "chakrelor" se diminuează și dobândim o atitudine "centrată" asupra energiei "sattwa" a canalului central.

În această stare (fără gânduri) apar inspirațiile din "Planul Adevărului" de dincolo de minte. La aceasta ajută și utilizarea altor simboluri mai elaborate, de mare putere energetică, ca ***Puja*** și ***Havan***. Ele sunt ceremonii de ofrandă și purificare. În prima, aspectul purificator are ca "mijloc" apa, iar în cea de-a doua – focul.

Viața în colectivitate, muzica și comportamentul corect sunt alte aspecte

ale vieții practice în "modul sahaja", care se pot învăța practicându-le prin contact direct cu ele. A trata totul în detaliu ne-ar face să ratăm intenția acestei cărți care a pretins, înainte de toate, să prezinte un punct de vedere teoretic și să pună față în față alternative de raționament.

În final, fiecare trebuie să încerce să se asculte pe sine, dar vocea inimii și nu aceea a minții. În fond, orice raționament și argumentație logică servesc mai ales calmării voracității neostenite a minții, și putem evita deranjul pe care aceasta ni-l produce, încercând să ascultăm răspunsul care pulsează în adâncul inimii. Dacă propunerea atinge Ființa care rezidă ascunsă acolo, poate ea va răspunde cu vigoarea și forța indestructibilă a ceea ce este Adevărul. Dacă nu, ce altceva putem face?

Anexă: Să încercăm să obținem "realizarea"

Cum am spus deja, "realizarea" este un fenomen energetic în care energia "Kundalini" se ridică în mod spontan și traversează "breșa" din canalul pur al "sattwa", pentru a atinge conștiința.

"Kundalini" este expresia individuală a Mamei Cosmice sau a Duhului Sfânt și, în ascensiunea sa, va respecta starea copilului său proaspăt născut. Toate blocajele și dezechilibrele care există în momentul "realizării", ca rezultat al procesului evolutiv din această viață și din alte vieți, vor fi acceptate cu dragoste, pentru a fi alinate și curățate treptat. În plus, acestea vor fi semnalate noului "sahaja yoghin" prin intermediul vibrațiilor în palme în principal, dar și în alte părți ale corpului, pentru ca acesta să poată participa în mod conștient la clădirea noii sale vieți.

Oricine își poate obține "realizarea" de vreme ce ***Shri Mataji*** a pus acest fenomen misterios la îndemâna fiecărei ființe umane; dar am putea spune că pentru ca el să se producă într-adevăr, sunt necesare trei condiții:

① Prima și cea mai importantă este s-o dorim în mod sincer, cu acea dorință inocentă – lipsită de egoism, frivolitate sau interes – care există în propria noastră natură, tot astfel precum a iubi, a respira sau a-ți cunoaște propria identitate.

② A doua este ca în momentul realizării "chakrele" să fie cât mai relaxate – ceea ce echivalează cu a avea o atitudine mentală și emoțională adecvată.

③ În sfârșit, trebuie să avem un contact cu energia vie a Mamei Cosmice pentru ca reflectarea sa în ființa individuală, sub forma lui "Kundalini", să fie invitată să se ridice în corpul subtil.

În ceea ce privește prima condiție, nu putem spune nimic și nici nu putem face nimic. Dorința este acolo într-o măsură mai mare sau mai mică, și va fi mai mult sau mai puțin sinceră, în acord cu caracteristicile individuale ale fiecăruia, și la urma urmei chiar așa trebuie să și fie.

Pentru al doilea aspect, ***Shri Mataji*** propune realizarea unui exercițiu unde, pe de o parte "chakrele" primesc vibrații, iar pe de alta se generează o atitudine psihică internă favorabilă relaxării lor. În anexă este indicată secvența pentru realizarea acestui exercițiu.

Pentru a treia condiție, care evident este decisivă, am spus deja în alte capitole ale acestei cărți, că "un sahaja yoghin" poate transmite această energie unei alte persoane care dorește aceasta, și că această relație personală este necesară: (un suflet își primește realizarea prin intermediul altui "suflet realizat"). Cu toate acestea, se poate întâmpla ca și câmpul energetic produs de fotografia lui ***Shri Mataji*** să fie suficient pentru ca fenomenul să se producă, cel puțin într-un prim stadiu. Din acest motiv, și pentru a da posibilitatea de a obține "realizarea" de către acei cititori care cred că simt în interiorul lor dorința despre care am vorbit mai înainte, am inclus o fotografie a lui ***Shri Mataji*** în coperta interioară de la sfârșitul cărții.

În aceste condiții sugerăm celor interesați să facă următoarea experiență:

① Căutați un loc liniștit unde nu există pericolul de a fi întrerupți sau deranjați. Trebuie să fie un loc curat și ordonat (pentru a predomina energia "sattwa").

② Așezați fotografia lui ***Shri Mataji*** într-un loc adecvat (o masă sau alt loc convenabil, depinde unde ne vom așeza). Nu trebuie să uitați că pretindem să stabilim prin intermediul ei, contactul cu energia unui plan subtil de o mare puritate (Mama Cosmică sau Adi Shakti), fapt pentru care atât în atitudinea față de fotografie, cât și în tot procesul, trebuie să existe o stare interioară de atenție și respect.

③ Așezați-vă în fața fotografiei într-o poziție comodă. Poate fi pe podea sau pe un scaun. Important e să ne permită o poziție relaxată, fără tensiuni sau contracții musculare, mâinile se pun pe genunchi, cu palmele în sus.

④ Închideți ochii și parcurgeți cele nouă etape ale exercițiului pe care-l propunem în anexă. Pentru aceasta este nevoie ca mai întâi să învățați pozițiile mâinilor precum și întrebările și afirmațiile interioare necesare. Altă soluție este ca altcineva să spună textul aflat sub fiecare desen, sau să-l înregistrați mai întâi pe o bandă magnetică și apoi să-l ascultați. Acest din urmă procedeu este foarte util căci permite repetarea exercițiului în zilele următoare. În orice caz, nu trebuie uitat că între o etapă și alta, trebuie lăsat să treacă intervalul de timp necesar enunțării în interior a afirmațiilor indicate.

Aceste întrebări sau afirmații trebuie făcute lent și cu convingere, simțind realitatea lor în tot corpul, și nu doar ca o idee teoretică în minte.

⑤ După ce au fost parcurse cele nouă etape, se verifică mai întâi cu mâna dreaptă și apoi cu cea stângă, dacă există o ușoară briză răcoroasă sau călduță ce iese prin creștetul capului. Pentru aceasta, se așează palma la 10-12 cm deasupra capului, și se mișcă mai sus, mai jos, la dreapta, la stânga, căutând zona unde senzația de "briză" poate fi mai deslușită.

⑥ Se pun din nou mâinile pe genunchi cu palmele în sus, și se observă

dacă se simte o briză răcoroasă sau caldă în palme. Se poate întâmpla să simțiți căldură într-o palmă și răcoare în cealaltă. Pot apare înțepături sau zvâcnituri în degetele uneia din mâini, semn al blocajelor din "chakrele" corespunzătoare.

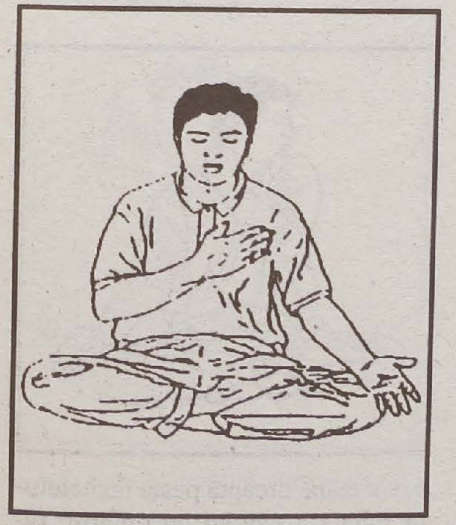
Dacă s-a simțit senzația de "briză" despre care am vorbit, este semnul stabilirii unei "conexiuni". Este de dorit să mențineți această poziție (mâinile pe genunchi, cu palmele în sus) și să meditați cu atenția în "chakra Sahasrara", adică deasupra capului. Când există "briza răcoroasă", se observă că gândurile se răresc până la dispariție.

Dacă se dorește aprofundarea acestei experiențe, este recomandabil să luați legătura cu Asociația Culturală Sahaja Yoga, care vă va pune la dispoziție informațiile necesare.

SAHAJA YOGA – Trezirea spontană a energiei Kundalini

Ne așezăm într-o poziție comodă (pe un scaun sau pe podea), cu mâna stângă așezată pe genunchiul stâng cu palma în sus, orientată cu degetele spre fotografia lui Shri Mataji. Vom așeza palma dreaptă pe diferitele "chakre" ale canalului stâng, spunând în interior (nu cu voce tare) o serie de întrebări și de afirmații destinate propriei noastre energii Kundalini, pe care o von numi "Mamă".

1



1. Cu mâna dreaptă pe inimă, vom întreba de trei ori: **Mamă, sunt eu spiritul?**

2

2. La nivelul părții superioare stângi a abdomenului, chiar sub coaste, vom întreba de trei ori: **Mamă, sunt eu propriul meu stăpân?**

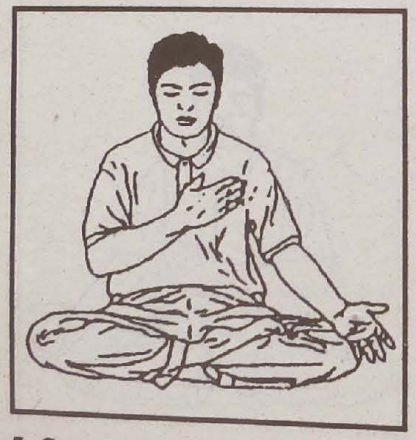
3

3. Cu mâna dreaptă la înheietura piciorului stâng cu trunchiul, vom cere: **Mamă, te rog, dă-mi cunoașterea adevărului.**

4

4. Revenind la partea superioară stângă a abdomenului, sub coaste, vom afirma de zece ori: **Mamă eu sunt propriul meu stăpân.**

5



5. Cu palma dreaptă pe inimă, vom afirma de douăsprezece ori: **Mamă, eu sunt spiritul.**

6

6. Cu mâna dreaptă peste încheietura stângă a gâtului cu umărul, răsucind capul spre dreapta, vom afirma de șaispreze ori: **Mamă, nu sunt vinovat de nimic.**

7

7. Cu mâna dreaptă pe centrul frunții, apăsând ușor, vom spune, de mai multe ori, cu sinceritate: **Mamă, iert pe absolut toată lumea.**

8

8. Punând mâna dreaptă la ceafă și dând mult capul pe spate, vom spune: **Mamă, te rog, iartă-mi tot ce am greșit împotriva spiritului.**

9

9. Cu palma dreaptă bine întinsă, așezată pe moalele capului, rotind-o de șapte ori în sensul acelor de ceas, mișcând totodată și pielea capului, vom spune, la fiecare rotație: **Mamă, te rog dă-mi unirea cu divinul.**

❖❖❖

Ridicând mâna dreaptă la 10 cm deasupra capului, vom verifica dacă se simte o briză răcoroasă sau caldă. Mâna stângă rămâne spre fotografie. Repetăm aceasta inversând mâinile: dreapta spre fotografie și stânga deasupra capului. Așezăm ambele mâini pe genunchi, cu palmele în sus, și timp de câteva minute meditățm în stare de conștiință fără gânduri.

CUPRINS

Introducere 5

1. Aspectul spiritual și cel psihic 8

2. Calitățile psihicului 18

3. Ego-ul 35

4. Structura unui conflict 40

5. Aspectul simbolic al "lumii exterioare" 47

6. Lume interioară – lume exterioară 52

7. Lumea exterioară: corpul fizic 57

8. Lumea exterioară (ambientul) 65

9. Zei și demoni 71

10. Evoluția în planul psihic 87

11. Sahaja Yoga și Shri Mataji Nirmala Devi 99

12. Practicarea Sahaja Yoga 105

Anexă: Să încercăm să obținem "realizarea" 110

SAHAJA YOGA – Trezirea spontană a energiei Kundalini 113

Tipărit la Imprimeria "BACOVIA" BACĂU